အစ္စလာမ့်နည်းကျ ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်းနှင့်

စိတ္တဗေဒ

علم نفسيات

PSYCHOLOGY
in Islamic Upbringing

ဒီနီယားဇ်ဒါန

ဂျာမေ့အသွလ်ကောင်ဆရစ်လ်အစ္စလာမီယဟ်
မြစ်ငယ်မြို့ အမရပူရမြို့နယ်၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး

အစ္စလာမ်ဘာသာရေးကျောင်းဆရာများအတွက်ကန့်သတ်

အစ္စလာမ့်နည်းကျ ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်းနှင့်

စိတ္တဗေဒ

علم نفسيات

PSYCHOLOGY
in Islamic Upbringing

ဒီနိယားသ်ဗျာန

ဂျာမေ့အသွလ်ကောင်ဆရစ်လ်အစ္စလာမီယဟ်

မြစ်ငယ်မြို့ အမရပူရမြို့နယ်၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး



' မာတိကာ '



လေးစားအပ်သောစာရှုသူသို့

﴿اِقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِيْ خَلَقَ﴾

سورة العلق:١

ကုရ်အာန်ကျမ်းတော်မြတ်၏ ပထမဦးဆုံးကျရောက်ခဲ့သော အာယသ်တော်ဖြစ်သည်။ ဤသည် အစ္စလာမ်သာသနာတွင် ပညာရေးကဏ္ဍ၏ အရေးပါမှုကို ဖော်ညွှန်းနေသော အကြီးမားဆုံး အထောက်အထားပင်ဖြစ်သည်။ ထိုအာယသ်တော်မှ ချပေးလိုက်သော မျိုးစေ့ကို ရှင်သန်ဝေဆာလာစေရန် တမန်တော်မြတ် ﷺ က ရေလောင်း ပေါင်းသင်ပေးခဲ့ရာ နှစ် ၃၀၀ အတွင်း ကမ္ဘာပေါ်တွင် အကြီးမားဆုံးသော ပညာရေးအင်ပါယာကြီးသည် အသီးအပွင့်များအဖြစ် ပေါ်ထွန်းလာခဲ့သည်။ အစ္စလာမ့်နိုင်ငံအသီးသီးတွင် ကမ္ဘာကျော်သာသနာ့တက္ကသိုလ်ကြီးများ ထွန်းကားလာပြီး စပိန်နိုင်ငံ၊ ကော်ဒိုဗာမြို့တွင် သိပ္ပံနှင့် ဝိဇ္ဇာနယ်ပယ်ရှိ ဘာသာရပ်ပေါင်းစုံကို သင်ကြားပို့ချပေးသော အစ္စလာမ့် တက္ကသိုလ်ကြီးများတွင်လည်း နိုင်ငံတကာမှ စာသင်သားများစွာလာရောက် ပညာဆည်းပူးခဲ့ကြသည်။ ထို့ကြောင့်အင်္ဂလန်နိုင်ငံ အောက်စ်ဖို့ဒ်တက္ကသိုလ်ရှိ အစ္စလာမ့်စင်တာ ဖွင့်ပွဲတွင် ချားလ်စ် မင်းသားက ‘ဥရောပရဲ့ ပညာရေးမှာ မွတ်စ်လင်မ်တွေရဲ့ကျေးဇူးများစွာရှိတယ်’ ဟုဝန်ခံခဲ့သည်။

ယနေ့ ကမ္ဘာနှင့်အဝှမ်းတွင် ပညာရေးဌာနများ၊ သင်ကြားရေး အစီအစဉ်များ၊ ဝဗ်ဆိုဒ်များ၊ ကျောင်းများ၊ တက္ကသိုလ်ကြီးများသည် ထိရောက်စွာ သင်ကြားပို့ချနိုင်မည့် နည်းစနစ်သစ်များကို ရှာဖွေလေ့လာနေကြသည်။ ပညာရေးဖြင့်သာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သော နိုင်ငံတစ်ခုကို တည်ထောင်နိုင်မည်။ ပညာရေးဖြင့်သာ ယိုယွင်းနေသော စာရိတ္တများကို ပြင်ဆင်နိုင်မည်။ ကျောင်းတစ်ကျောင်းကို ဖွင့်လှစ်လိုက်ခြင်းသည် ထောင်တစ်ခုကို ပိတ်လိုက်ခြင်းမည်၏ ဟု ခံယူကြသည်။ ထို့ကြောင့် နိုင်ငံတစ်ကာတွင် ပညာရေးအသုံးစရိတ်များ

အပြိုင်အဆိုင် မြှင့်တင်နေကြသည်။ ကျွန်ုပ်တို့မြန်မာနိုင်ငံတွင်လည်း ပြောင်းလဲခြင်း၏ ကဏ္ဍတစ်ရပ်အဖြစ် ပညာရေးအကြောင်းကို ဆွေးနွေးနေကြပြီဖြစ်သည်။

သို့သော်ဝမ်းနည်းစရာကောင်းသည်မှာ ရေတွင်းတူးခဲ့သူများ၊ ရေငတ်နေကြရသည့်ပမာ မြန်မာနိုင်ငံအတိုင်းအတာဖြင့် အစ္စလာမ့်ပညာသင်အခြေခံကျောင်းများမှစပြီး သာသနာ့တက္ကသိုလ်ကြီးများတိုင်အောင် သင်ကြားရေးနည်းစနစ်များ တိုးတက်ပြောင်းလဲရေးနှင့် ပတ်သက်၍ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်မှုများကို လုံလောက်စွာ မတွေ့ရခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ပညာရေးဌာနတစ်ခုတွင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ ပညာရေးတိုးတက်ကျဆင်းမှုသည် ပို့ချနေသော ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် ပညာသင်ကြားရေးနည်းစနစ်များအပေါ်တွင် များစွာမူတည်နေပေသည်။ ထို့ပြင် အစ္စလာမ့်ပညာရေးစနစ်သည် စာပေသင်ကြားရေးနှင့်အတူ ပြုစုပျိုးထောင်ရေးပါ ခွဲမရအောင် တွဲစပ်နေသောကြောင့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ စိတ်နေသဘောထားများကိုလည်း ကောင်းစွာနားလည်ထားရန် အလွန်အရေးကြီးလှပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဒီနိယားသ်ဌာနမှ ထုတ်ဝေဖြန့်ချိထားသည့် အိလ်မေ့နဖ်စီယားသ် စာအုပ်ငယ်ကို မြန်မာမှုပြုကာ တင်ဆက်လိုက်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ငယ်လေးသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘာသာရေးကျောင်းများနှင့် သာသနာ့တက္ကသိုလ်များ၏ ပညာသင်ကြားရေးကို များစွာအထောက်အကူပြုမည်ဟု မျှော်လင့်ပါသည်။ ဤမပြောပလောက်သည့် ကြိုးပမ်းမှုလေးကို အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်လက်ခံသဘောတူပြီး အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေတော်မူပါစေ။

မုဟမ္မဒ်ကာစင်မ်(ကရာချီ)

မုဟမ္မဒ်(အလ်ကောင်ဆရီ)

بسم الله الرحمن الرحيم

စကားချီး

نَحْمَدُكَ اللّٰهُمَّ يَاخَيْرَ مَأْمُوْلٍ وَأَكْرَمَ مَسْؤُوْلٍ عَلٰى مَاعَلَّمْتَنَا مِنْ عِلْمِ النَّفْسِ الْأُصُوْلَ وَصَلِّ وَسَلِّمْ دَائِمًا عَلٰى آخِرِ النَّبِيِّ الرَّسُوْلِ وَعَلٰى أَصْحَابِهِ الَّذِيْنَ أَجَابُوْا دَعْوَتَهُ أَوَّلًا تَلَقِّيًا بِالْقَبُوْلِ. أَمَّابَعْدُ!

قَالَ اللّٰهُ تَعَالٰى: ﴿يُخٰدِعُوْنَ اللّٰهَ وَالَّذِيْنَ آمَنُوْا وَمَايَخْدَعُوْنَ اِلَّا اَنْفُسَهُمْ وَمَايَشْعُرُوْنَ﴾ (سورة البقرة،الآية:٩)

ထို(မို့အ်မင်န်အသွင်ဆောင်သော)သူများသည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်ကိုလည်းကောင်း၊(ယုံကြည်ခြင်းသဒ္ဓါတရားရှိသော)မို့အ်မင်န်များကိုလည်းကောင်း၊ လိမ်လည်လှည့်ဖြားရန် ကြိုးစားအားထုတ်ကြ၏။ အမှန်သော်ကား ထိုသူများသည်(မည်သူ့ကိုမျှ)လိမ်လည်လှည့်ဖြားကြသည်မဟုတ်။ မိမိတို့ကိုယ်ကိုသာလျှင် မိမိတို့လိမ်လည်လှည့်ဖြားကြ၏။ သို့သော် ထိုသူများသည်(ဤသည်ကိုပင်)သိမြင်နားလည်ကြသည်မဟုတ်ချေ။(စူရာဟ်ဘကရဟ်၊ ၉)

﴿وَمَآاُبَرِّئُ نَفْسِيْ اِنَّ النَّفْسَ لَاَمَّارَةٌ بِالسُّوْءِ اِلَّامَارَحِمَ رَبِّيْ﴾

(سورة يوسف،الآية:٥٣)

စင်စစ် ကျွန်ုပ်သည် မိမိကိုယ်ကို အပြစ်မှကင်းလွတ်သည်ဟု မဆို

လိုပေ။ အကြောင်းသော်ကား မုချ စိတ်နှလုံးများသည် မကောင်းမှုကို အလွန်အမိန့်ပေး တိုက်တွန်းလေ့ ရှိကြသောကြောင့်ပင်။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်အား ဖန်ဆင်းမွေးမြူတော်မူသော အရှင်မြတ်က အသနား ကရုဏာပြုတော်မူသည့်(စိတ်နှလုံးမှာမူ အပြစ်မှကင်းလွတ်နိုင်ပေသည်။) (စူရာဟ် ယူစွဖ်၊ ၅၃)

﴿رَبُّكُمْ اَعْلَمُ بِمَافِيْ نُفُوْسِكُمْ﴾(سورة بني إسرائيل،الآية:٢٥)

အသင့်အား ဖန်ဆင်းမွေးမြူတော်မူသောအရှင်မြတ်သည် အသင်တို့၏ စိတ်နှလုံးသားများ၌ ရှိသည်တို့ကို ကောင်းစွာသိတော်မူသော အရှင်မြတ်ပင် ဖြစ်တော်မူ၏။ (စူရာဟ်ဗနီအစ္စရာအီလ်၊ ၂၅)

﴿وَفِيْ اَنْفُسِكُمْ اَفَلَا تُبْصِرُوْنَ﴾(سورة الذاريات،الآية:٢١)

ထိုနည်းတူစွာ အသင်တို့၏ ကိုယ်များတွင်လည်း (သက်သေ လက္ခဏာများ)ရှိကုန်၏။သို့ပါလျက်အသင်တို့သည်မမြင်ကြလေသလော။ (စူရာဟ်ဇာရိယားသ်၊ ၂၁)

ဟဇရသ် ဖိုဇွာလဟ်ဘင်န် အိုဗိုင်းဒ် ﷺ ကဆင့်ပြန်ခဲ့သည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ မိန့်တော်မူသည်မှာ 'စင်စစ် မိုဂျာဟစ်ဒ်ဟူသည် မိမိ၏ စိတ်ကို အစွမ်းကုန်ကြိုးပမ်း(ပြုပြင်ထိန်းကျောင်း)သူသာလျှင် ဖြစ်ပေသည်။' (သစ်ရ်မေ့ဇီကျမ်း၊ ၁၆၂၁)

ဟဇရသ် ရှဒ္ဒါးဒ်ဘင်န်အောင်းစ် ﷺ ကဆင့်ပြန်ခဲ့သည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ မိန့်တော်မူသည်မှာ 'အသိဉာဏ်အမြော်အမြင်ရှိသူ ဟူသည်ကား မိမိ၏ စိတ်နှလုံးအား ချိုးနှိမ်သူဖြစ်ပြီး၊ တမလွန်အတွက် (ကောင်းမှုများ)ကျင့်ဆောင်သူ ဖြစ်ပေသည်။ (သစ်ရ်မေ့ဇီကျမ်း၊ ၂၄၅၉)

မိကျောင်း၊ မြွေဟောက်၊ ကျားဆိုးများသတ်ခြင်းကား အဘယ်သတ်ခြင်းနည်း။ အစစ်အမှန်သတ်ခြင်းကား အန္တရာယ်ဖြစ်စေသော စိတ်အားသတ်ခြင်းတည်း။

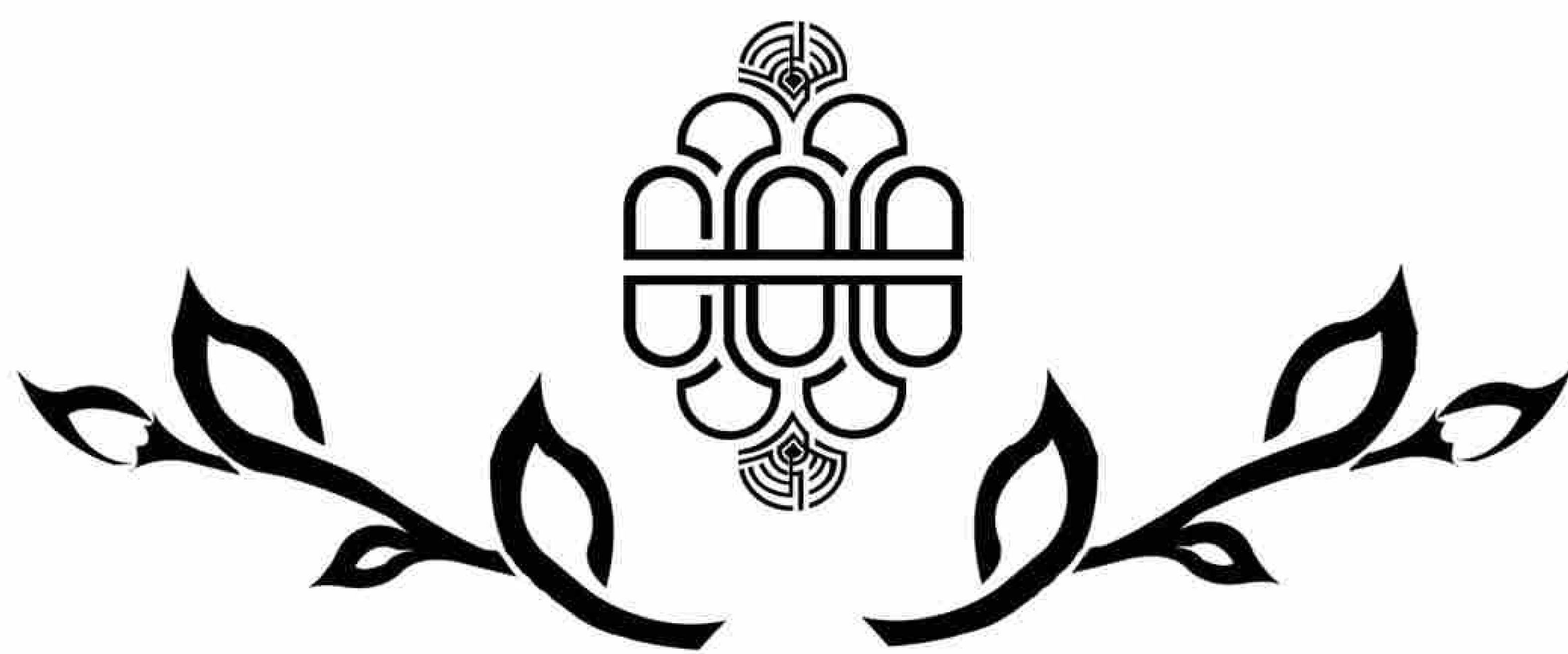
စိတ္တဗေဒသည် ယခုခေတ် ပညာရေးလောကတွင် ‘စိတ်နှလုံးသန့်စင်ရေးလုပ်ငန်း’၏ အမည်သစ်တစ်ခုပင်ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရှေးသူမွန်သူမြတ်တို့သည် ပညာသင်ယူပြီးနောက် စိတ်နှလုံးသားသန့်စင်ရေးအတွက် ခါန်ကာဟ်များသို့သွားကြပြီး မိမိတို့စိတ်နှလုံးသားများကို ပြုပြင်ကြသည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပေါ့လျော့အားနည်းချက်များကို ကုစားကြသည်။ ထို့အတူ လူမှုဆက်ဆံရေးနှင့် သင်ကြားပို့ချမှုတို့တွင် အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေမည့် အမြော်အမြင်ပညာရပ်များကို လက်တွေ့ သင်ယူလေ့ရှိခဲ့ကြသည်။ ဆရာထံမှ ‘အေဂျာဇသ်’(ခွင့်ပြုချက်)များ၊ ‘ခေလာဖသ်’ (ခန့်အပ်ချက်)များရယူကြပြီး လူထုအကြား သာသနာရေးရာများ ဆောင်ရွက်ရာတွင် မွေ့လျော်ခဲ့ကြသည်။

သို့သော် လျင်မြန်မှုကိုနှစ်ခြိုက်သော ယနေ့ခေတ်မှာမူကား ‘စိတ်နှလုံးသန့်စင်ရေးလုပ်ငန်း’ကို ပေါ့လျော့ပျက်ကွက် လာကြတော့သည်။ များသောအားဖြင့် သာသနာ့ပညာသင်ကျောင်းများမှ ပြီးမြောက်အောင်မြင်လာပြီး သင်ကြားရေးနှင့် ဟောပြောပို့ချရေး အစီအစဉ်များတွင် ချက်ခြင်းဆိုသလို ပါဝင်ဆောင်ရွက်ကြရန်သာ စိတ်အားထက်သန်ကြသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် တက်သစ်စ’ အာလင်မ် သာသနာ့ပညာရှင်များသည် မကြာခဏဆိုသလို ‘စိတ်နှလုံးသားဆိုင်ရာ ရောဂါဆိုး

များ’တွင် နစ်မွန်းကြရသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ထိုရောဂါဆိုးများကို လူအများကြား ပြန့်ပွားသွားရန်ပင် အကြောင်းခံဖြစ်သွားတတ်ပေသည်။

ဤစာအုပ်ငယ်လေးသည် မဒ်ရစဟ်များ၊ မက်သဗ်အခြေခံကျောင်းများတွင် သင်ကြားပို့ချနေသော ဆရာများအတွက်ပြုစုထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဤစာအုပ်ငယ်ကို ဖတ်ရှုလေ့လာပြီး ‘စိတ္တဗေဒ’နှင့် ပတ်သက်၍ ဗဟုသုတအချို့ရရှိမည်ဖြစ်ပြီး သင်ကြားပို့ချရေးနှင့် ပြုစုပျိုးထောင်ရေးတွင်လည်း လက်တွေ့အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေမည်။ ထို့အတူ ဤစာအုပ်ငယ်သည် အခြားကျမ်းကြီးများကိုလည်း ဆက်လက်လေ့လာစေရန် လှုံ့ဆော်ပေးမည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။

စာရှုသူထံမှ အကြံပြုချက်များကိုလည်း မျှော်လင့်လျှက် ဤမပြောပ’လောက်သည့် ကြိုးပမ်းမှုလေးကို အများအတွက် အကျိုးဖြစ်ထွန်းရန် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်လက်ခံတော်မူပါစေ။ (အာမီးန်)



အခန်း(၁)

စိတ္တဗေဒ

ဖွင့်ဆိုချက်။ ။ စိတ္တဗေဒဟူသည် တိရစ္ဆာန်နှင့် လူသားတို့၏ အမျိုးမျိုးသောအကျင့်စရိုက်များ၊ စိတ်အားသန်မှုများကို သုသေသန လုပ်သည့်ပညာရပ်ဖြစ်သည်။

နယ်ပယ်။ ။ လူ့အသိုင်းအဝိုင်း ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေး၊ ပညာ သင်ကြားရေးနှင့် ပြုစုပျိုးထောင်ရေး၊ စီးပွားရေး၊ ရောဂါကုသရေး၊ နိုင်ငံရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေး၊ စစ်ရေးစစ်ရာ၊ အစရှိသည့်ကဏ္ဍတိုင်းတွင် လိုအပ်သည့်ပညာရပ်ဖြစ်သည်။

သင်ကြားရေးကဏ္ဍတွင် အကျိုးရှိပုံ

၁။ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ စိတ်နေသဘောထားများကို လေ့လာသိရှိထားခြင်းအားဖြင့် ပညာသင်ကြားပေးရာတွင် လွယ်ကူစေသည်။

၂။ ဤပညာရပ်ကို လေ့လာသိရှိထားခြင်းအားဖြင့် ဆရာသည် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ ချစ်ခင်လက်ခံမှုကို ရရှိနိုင်သည်။ သို့ဖြင့် ဆရာ၏ လမ်းညွှန်ချက်များကို ကျောင်းသားများသည် စိတ်ရောကိုယ်ပါ လိုက်နာဆောင်ရွက်ကြပေမည်။

၃။ စိတ္တဗေဒ ကျွမ်းကျင်သော ဆရာတစ်ဦးသည် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို ကျောင်းတွင် ပညာလာရောက်သင်ယူလိုစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်အောင် ပြုလုပ်ပေးနိုင်သည်။

၄။ စိတ္တဗေဒ ကျွမ်းကျင်သော ဆရာတစ်ဦးသည် ငြီးငွေ့ဖွယ်ကောင်းသော သင်ခန်းစာများကိုလည်း ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ စိတ်ပါဝင်စားလာအောင် သင်ကြားပေးနိုင်သည်။

၅။ ကျော်ကြားသော အဆိုတစ်ခုရှိသည်မှာ 'တောင်များ နေရာရွှေ့ပြောင်းသွားနိုင်သော်လည်း လူသားတစ်ဦး၏ ဗီဇသည်ကား မည်သည့်အခါမျှ ပြောင်းလဲမည်မဟုတ်' ဟူ၏။(၁) သို့ဖြစ်ပေရာ စိတ္တဗေဒကျွမ်းကျင်သောဆရာသည် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ၏ ဗီဇဆိုးကိုမူ မဖယ်ရှားနိုင်သော်လည်း ကောင်းသော စာရိတ္တများဘက်သို့ ဆွဲဆောင်ပေးနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့်ပင် စိတ္တဗေဒကျွမ်းကျင်သော ဆရာသည် ဆိုးသွမ်းသော ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို ထိရောက်စွာ ပြုပြင်ပေးနိုင်သည်။

၆။ စိတ္တဗေဒ ကျွမ်းကျင်သောဆရာသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အပြစ်ဒဏ်ခတ်မှုများ မပြုလုပ်ဘဲ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအား မိမိကို ချစ်ကြောက်ရိုသေလာအောင် ပြုလုပ်နိုင်သည်။

၇။ စိတ္တဗေဒ ကျွမ်းကျင်သောဆရာသည် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအား စနစ်ကျသော စီမံခန့်ခွဲမှုအတတ်ပညာကို ကျွမ်းကျင်လာအောင် ပြုစုပျိုးထောင်ပေးနိုင်သည်။ သို့ဖြင့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် ကိုယ်တိုင် စီမံခန့်ခွဲတတ်လာကြမည်။

---

(၁) ထိုအဆိုသည် ဟဒီးဆ်တော်အားအခြေခံထားခြင်းဖြစ်သည်။ ဟဒီးဆ်တော်ကို (မစ်ရှ်ကားသ်ကျမ်း၊ စာ- ၂၅၊ ဟဒီးဆ်နံပါတ် ၁၁၅၊ ဆင့်ပြန်သူ အဗူဒရ်ဒါးအ်၊ မွတ်စ်နဒ်အဟ်မဒ်ကျမ်း၊ အီမာန်အခန်း) တွင်ရှုနိုင်သည်။

စိတ္တဗေဒကို မလိုက်စားခြင်း၏ ဆိုးကျိုးများ

၁။ စိတ္တပေဒကို သိကျွမ်းနားလည်ခြင်းမရှိသည့် ဆရာသည် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ ပညာသင်ယူလိုစိတ်ကို ဆိတ်သုဉ်းစေသည်။ ဥပမာ- သင်ခန်းစာ ပျက်ကွက်မှုအတွက် ပြင်းထန်စွာ ရိုက်နှက်လိုက်ခြင်းကြောင့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ၏ ဆက်လက်ပညာသင်ယူလိုစိတ် ကုန်ခန်းသွားစေခြင်း။

၂။ စိတ္တပေဒကို သိကျွမ်းနားလည်ခြင်းမရှိသည့် ဆရာသည် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို စာရိတ္တဆိုးသွမ်းသူများ ဖြစ်သွားစေနိုင်သည်။ဥပမာ- ဆရာတစ်ဦးသည် ကျောင်းသားတစ်ဦးဦးကို လူဆိုး၊ သူခိုးဟု အမည်မှည့်ကာ ခေါ်ဝေါ်လိုက်ခြင်းကြောင့် မကြာခင်မှာပင် ထိုကျောင်းသားသည် မိမိကိုယ်ကို လူဆိုး၊ သူခိုးတစ်ဦးအဖြစ် ခံယူသွားတော့သည်။

၃။ စိတ္တပေဒကို သိကျွမ်းနားလည်ခြင်းမရှိသည့် ဆရာကြောင့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ရသည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာ၏ နောက်ကွယ်တွင် ဆရာ၏ မကောင်းကြောင်းကို ပြောဆိုကြတော့သည်။

၄။ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် စိတ္တပေဒကို မတတ်ကျွမ်းသည့် ဆရာအား စိတ်ရောကိုယ်ပါ လေးစားမှုမရှိကြပေ။ ထို့ကြောင့် မက်သဗ်၊ မဒ်ရစဟ်ကျောင်းများမှ ထွက်ပြီးသည့်နောက်တွင် ထိုဆရာနှင့်အဆက်အသွယ် မထားကြတော့ဘဲ ဥပေက္ခာပြုလိုက်ကြတော့၏။

၅။ စိတ္တပေဒကို သိကျွမ်းနားလည်ခြင်းမရှိသည့် ဆရာကြောင့်

ကျောင်းသားများသည် စိတ်ဓါတ်ကျဆင်းခြင်း၊ စိတ်အားငယ်ခြင်း ကဲ့သို့သော စိတ်ဝေဒနာများ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သည်။ ထက်မြက်သည့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူပင်လျှင် မိမိကိုယ်ကို တုံးအ'သူတစ်ဦးအဖြစ် မှတ်ယူသွားနိုင်သည်။

အချုပ်ဆိုရသော် စိတ္တဗေဒကို မလိုက်စား၊ မကျင့်သုံးခြင်းအား ဖြင့် အခြားနစ်နာဆုံးရှုံးမှုများလည်းဖြစ်နိုင်သေးသည်။

အခန်း(၂)
တမန်တော်မြတ် ﷺ ၏အတ္တုပ္ပတ္တိမှ
စိတ္တဗေဒသင်ခန်းစာ

တမန်တော်မြတ် ﷺ မိန့်တော်မူသည်မှာ إِنَّمَا بُعِثْتُ مُعَلِّمًا 'ကျွန်ုပ်ကို သင်ကြားပေးသူဆရာတစ်ပါးအဖြစ် စေလွှတ်ခဲ့ခြင်းဖြစ် သည်။' (အိဗ်နေ့မာဂျဟ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၂၂၉)

အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် တမန်တော်မြတ် ﷺ ကို လောကရှိ လူတို့အား သင်ကြားပျိုးထောင်ပေးရန် တမန်တော်တစ်ပါးအဖြစ်စေ လွှတ်ခဲ့သည်ဖြစ်ရာ တမန်တော်တစ်ပါးတွင်ရှိသင့်ရှိထိုက်သော ပညာ အရည်အချင်းနှင့် အမြော်အမြင်အားလုံးကိုပါ တစ်ပါတည်း ချီးမြှင့် တော်မူလိုက်လေသည်။ ထို့ကြောင့် တမန်တော်မြတ် ﷺ သည်လူသား တို့၏ စိတ်နေသဘောထားများကို ကောင်းစွာသိရှိတော်မူလေသည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ ၏ အတ္တုပ္ပတ္တိတွင် လူသားတို့၏ စိတ်နေသဘော ထားများအပေါ် ကိုယ်တော်၏ နားလည်ကျွမ်းကျင်မှုကို ပုံဆောင်သော

အကြောင်းအရာများစွာတွေ့ရှိရသည်။ တစ်ချို့အကြောင်းအရာများကို လေ့လာကြည့်ကြပါစို့။

၁။ ယခုခေတ် သင်ကြားရေးစင်တာများတွင် ကလေးငယ်များနှင့် ရင်းနှီးမှုရစေရန် ၎င်းတို့စိတ်ဝင်စားမည့် စကားများဖြင့် ပွင့်လင်းစွာ အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးသည့်စနစ်ကို ကျင့်သုံးနေကြသည်။ သို့ဖြင့် ဆရာနှင့်ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအကြား သူစိမ်းဆန်မှုများ ချုပ်ငြိမ်းသွားတော့သည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ ၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိတွင်လည်း ကျွန်ုပ်တို့ တွေ့ရှိရသည်မှာ တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် ကလေးများ အနီးမှဖြတ်သွားချိန်တွင် ကိုယ်တိုင်ဦးစွာ စလာမ်ပေးတော်မူပြီး ၎င်းတို့ စိတ်ဝင်စားသည့် အကြောင်းအရာများဖြင့် စကားစမည် ပြောတော်မူလေ့ရှိသည်။(အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၅၂၀၅) အဗူအိုမိုင်းရ် رضي الله عنه ဟူသည့် ဆွဟာဗဟ် ကလေးငယ်တစ်ဦးသည် ငှက်လေးတစ်ကောင်ကို မွေးမြူထားခဲ့သည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် ထိုဆွဟာဗဟ်လေးကို ၎င်း၏ငှက်လေးအကြောင်း အမြဲတမ်းမေးတော်မူလေ့ရှိ၏။ အရဗီလို ငှက်ငယ်လေးကို نُغَيْرٌ ဟုခေါ်သည်။ တစ်နေ့ထိုငှက်လေး သေဆုံးသွားသောအခါ အဗူအိုမိုင်းရ်လေးသည် ဝမ်းနည်းနေလေသည်။ ထိုအခါ ကိုယ်တော်က ၎င်း၏ စိတ်သက်သာရာ ရစေရန် ကျီစယ်သည့်သဘောဖြင့် يَاأَبَاعُمَيْرٍ مَافَعَلَ النُّغَيْرُ 'အို-အဗူအိုမိုင်းရ် နိုဂိုင်းရ်လေးဘယ်လိုတုန်း' ဟူ၍ မေးမြန်းတော်မူခဲ့သည်။ (အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၄၉၇၁)

၂။ တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် လူအများနှင့် အဘယ်မျှရင်းနှီးစွာနေထိုင်သည်ဆိုသော် လုလင်ပျိုတစ်ဦးသည် ကိုယ်တော့်ထံလာပြီး

ဇေနာ (ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံ)ကျူးလွန်ရန် အခွင့်တောင်းခံလေသည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ ကလည်း အဘယ်မျှ စိတ္တဗေဒတွင် ကျွမ်းကျင်ပြီး ပြုပြင်ပျိုးထောင်မှုတွင် အမြော်အမြင်ရှိသည်ဆိုသော် 'မင်းဘာတွေလာ မေးနေတာလဲ. . . မင်းမရှက်ဘူးလား'ဟူ၍ ဒေါသဖြင့် ဟိန်းဟောက် တော်မမူဘဲ နူးညံ့ကြင်နာစွာဖြင့် မိန့်တော်မူခဲ့သည်မှာ 'အသင်၏မိခင် နှင့် တစ်စုံတစ်ယောက်က ဇေနာမှုကျူးလွန်လိုလျှင် အသင်ကျေနပ် နှစ်မြို့ပါ၏လော'ဟု မေးတော်မူခဲ့သည်။ ထိုသူက 'မနှစ်မြို့ပါ'ဟု ဖြေ ကြားခဲ့၏။ ထိုအခါ ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ က 'အခြားသူများကလည်း သူတို့၏ မိခင်ကို တစ်စုံတစ်ယောက်က ဇေနာလုပ်ခြင်းကို မနှစ်မြို့ကြ ပါ'ဟု သွန်သင်တော်မူခဲ့သည်။ ပြီးနောက်တဖန် ၎င်း၏ အဒေါ်၊ နှမ၊ သမီးများဖြင့် ဥပမာများပေးပြီး ရှင်းပြကာ ၎င်းလူငယ်အတွက် ဒိုအာ ဆုမွန်ကောင်း တောင်းခံပေးခဲ့လေသည်။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်ကလည်း ထိုလူငယ်၏ စိတ်ထဲတွင် ဇေနာမှုကို စက်ဆုပ်ရွံရှာစိတ် ထည့်သွင်းပေး လိုက်ရာ ၎င်းလူငယ်ထံတွင် ဇေနာပြစ်မှုသည် အကြီးဆုံးဒုစရိုက်မှုဖြစ် သွားခဲ့တော့သည်။ (ရှု့အဗ္ဗလ်အီမာန်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၅၄၁၅)

တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် ဆရာဂုဏ်ရည်အဘယ်မျှပြည့်ဝသည် ဆိုသော် တပည့်တော်သာဝကအားလုံးက ကိုယ်တော်သည် မိမိကိုသာ အချစ်ဆုံးဖြစ်သည်ဟု ထင်မှတ်ခဲ့ကြလေသည်။

၃။ ခရီးတစ်ခုတွင် ကိုယ်တော်၏ ကြင်ယာတော်များစီးနင်းလိုက် ပါသည့် ပေါင်းကားတင်ဆောင်ထားသော ကုလားအုတ်ကို လျင်မြန်စွာ မောင်းနှင်သည့် ဆွဟာဗဟ်အား ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ က 'အသင်

သည် ဖန်ထည်များကို တင်ဆောင် မောင်းနှင်နေသည်ဖြစ်ရာ အရှိန်လျှော့၍ ဖြည်းညှင်းစွာမောင်းနှင့်ပါ’ ဟု သတိပေးခဲ့သည်။
(ဗုခါရီကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၅၈၅၇)

၄။ တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် မိမိ၏ ကြင်ယာတော်များနှင့် သီးသန့်ရှိနေချိန်တွင် အနူးညံ့ဆုံး လူသားတစ်ဦးသော်လည်းကောင်း၊ စာရိတ္တအမွန်မြတ်ဆုံး လူသားတစ်ဦးသော်လည်းကောင်း၊ အလွန်ပြုံးရယ်တော်မူသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးသော်လည်းကောင်း ဖြစ်တော်မူလေသည်။ (အစ်ဗ်နေ့စအ်ဒ်၏ သွဗကားသ် ကျမ်း၊ တွဲ ၆၊ စာ-၃၆၅)

၅။ ဟဇရသ် မစ်က်ဒါးဒ် رضي الله عنه က ဆင့်ပြန်ခဲ့သည်မှာ ‘တမန်တော်မြတ် ﷺ လာရောက်သောအခါ အိပ်နေသူလည်းမနိုးစေဘဲ၊ နိုးနေသူသာ ကြားစေနိုင်လောက်သည့် အသံမျိုးဖြင့် စလာမ်ပေးတော်မူလေ့ရှိသည်။ (မွတ်စ်လင်မ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၅၄၈၃)

၆။ ဟဇရသ် အနတ်စ် رضي الله عنه သည် တမန်တော်မြတ် ﷺ ထံတော်ပါးတွင် (၁၀)နှစ်တိုင် ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်ပြုစုခဲ့သူဖြစ်သည်။ သို့သော် တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် အလုပ်တစ်ခုနှင့်ပတ်သက်ပြီး မည်သည့်အခါမျှ အမိန့်ပေးသည့်ပုံစံမျိုးဖြင့် ခိုင်းစေလေ့မရှိခဲ့ချေ။ ထိုအလုပ်ကို ဆောင်ရွက်စေလိုသည့်သဘောကိုသာ ထုတ်ဖော်တော်မူလေ့ရှိခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့်ပင် ဟဇရသ် အနတ်စ် رضي الله عنه သည် ကလေးဖြစ်သော်လည်း ထိုအလုပ်ကိုဆောင်ရွက်ရာတွင် ဝန်ထုတ်ဝန်ပိုးတစ်ခုအဖြစ် မခံစားခဲ့ရပေ။ ဥပမာ- များသောအားဖြင့် ကလေးငယ်များအား ကိစ္စတစ်ခုကို အမိန့်ပေးခိုင်းစေလိုက်လျှင် ၄င်းတို့၏ စိတ်ထဲတွင် ဆန့်ကျင်ဘက်

လုပ်ချင်စိတ် ပေါ်ပေါက်တတ်ပေသည်။ ၎င်းတို့ကို အမိန့်မပေးဘဲတိုက်တွန်းနှိုးဆော်ပေးလိုက်လျှင်မူ ထိုအလုပ်အား ချက်ချင်းဆောင်ရွက်လိုက်ပြီး ဂုဏ်ယူလေ့ရှိကြသည်။

ဟဇရသ်အနတ်စ်ﷺက တင်ပြခဲ့သည်မှာ 'တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် လူတို့အနက် စာရိတ္တအမွန်မြတ်ဆုံး ဖြစ်တော်မူသည်။ တစ်နေ့တွင် ကျွန်ုပ်အား အလုပ်တစ်ခုကို ဆောင်ရွက်ရန် စေလွှတ်ခဲ့သောအခါ ကျွန်ုပ်၏စိတ်ထဲတွင် ထိုအလုပ်ကို လုပ်ပေးချင်သော်လည်း နှုတ်မှ 'ကျွန်တော်မသွားဘူး'ဟု ပြောကာ ထွက်လာခဲ့သည်။ ဈေးအနီးသို့ ရောက်သောအခါ ဆော့ကစားနေသော ကလေးများကို တွေ့သဖြင့် ၎င်းတို့နှင့်အတူ ခေတ္တဆော့ကစားနေလိုက်သည်။ ခဏကြာသော် တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် အနောက်မှလိုက်လာတော်မူပြီး ကျွန်ုပ်၏ ပုခုံးကို လက်ဖြင့် တို့လိုက်သည်။ ကျွန်ုပ်က လှည့်ကြည့်သောအခါ ကိုယ်တော်သည် ပြုံးရွှင်သောမျက်နှာဖြင့် 'အို-အနပ်စ်လေး၊ ငါခိုင်းစေလိုက်တဲ့အလုပ်ကို သွားပြီးပြီလား' ဟု မေးရာ ကျွန်ုပ်က 'ဟုတ်၊ ကျွန်တော်အခုသွားလိုက်ပါမယ်'ဟု ဖြေလိုက်သည်။ (မွတ်စ်လင်မ်ကျမ်း၊ ၆၁၅၅)

ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် မိမိတို့၏ အမှားကို အမှားမှန်းသိသွားလျှင် ၎င်းတို့ပြုပြင်ရန် လုံလောက်သွားပေသည်။ ငေါက်ငန်းခြင်း၊ ရိုက်နှက်ခြင်းတွင် ဆိုးကျိုးများစွာရှိသည်။ ထိုအကြောင်းကို ရိုက်နှက်ခြင်း၏ ဆိုးကျိုးများကဏ္ဍတွင် (အင်န်ရှာအလ္လာဟ်) တင်ပြပါဦးမည်။

ဟဒီးဆ်တော်များမှ ကောက်နှုတ်ထားသည့် စိတ္တဗေဒဆိုင်ရာ အခြေခံမှုအချို့

တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် စိတ္တဗေဒဆိုင်ရာ အခြေခံမှုများကို လည်း ချပြတော်မူခဲ့သည်။

၁။ أَنْزِلُوا النَّاسَ مَنَازِلَهُمْ လူတို့(နှင့်ဆက်ဆံရာတွင်) ၄င်းတို့၏ အဆင့်အတန်းကို ထောက်ရှုပါ။

(အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၄၈၄၄၊ ဆင့်ပြန်သူ ဟဇရသ် အာအေ့ရှဟ် رضي الله عنها)

သာဓက။ ။ တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် မိမိ၏ဝတ်ရုံများအနက် မှ သံတမန်များ၊ နယ်ဝေးမှလာရောက်ကြသည့် ခရီးသည်အဖွဲ့များနှင့် တွေ့ဆုံရန်အတွက် သီးသန့်ဝတ်ရုံတစ်ထည်ကို ထားရှိတော်မူသည်။ ထိုဝတ်ရုံကို ကြင်ယာတော် ဟဇရသ် ဟဖ်ဆွဟ် رضي الله عنها ထံတွင် သိမ်း ဆည်းထားတော်မူသည်။

တမန်တော်မြတ် ﷺ ၏ နို့စို့ဖက်အစ်မတော်သူ ဟဇရသ် ရှီမား رضي الله عنها သည် ကိုယ်တော်ထံ အခစားဝင်သောအခါ ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ သည် သူမကို လှိုက်လှဲစွာကြိုဆိုတော်မူပြီး မိမိ၏ ခြုံထည်ကို ထိုင် ရန် ခင်းပေးတော်မူခဲ့လေသည်။ (ကန်ဇွလ်အွမ္မားလ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၃၀၂၂၂)

၂။ أُمِرْنَا أَنْ نَتَكَلَّمَ النَّاسَ عَلٰى قَدَرِ عُقُوْلِهِمْ 'ငါတို့သည် လူအများ အား ၄င်းတို့၏ဉာဏ်ရည်နှင့်အညီ စကားပြောဆိုရန် အမိန့်ပေးခြင်း ခံရသည်။' (ကန်ဇွလ်အွမ္မားလ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၂၉၂၈၂)

သာဓက။ ။ တစ်ကြိမ်တွင်ရွာသားတစ်ဦးသည် ကိုယ်တော်မြတ်

ﷺ ထံသို့လာ၍ ၎င်းတို့၏ ဒေသသုံးစကားဖြင့် မတ်စ်အလဟ် မေးမြန်းခဲ့သည်မှာ أَمِنَ امْبِرِّ امْصِيَامُ فِى امْسَفَرُ ‘ခရီးတွင် ရိုဇာထားခြင်းသည် ကောင်းမှုတွင်ပါသလား’။ ထိုအခါ ကိုယ်တော်က ၎င်းအား . . .
لَيْسَ مِنَ امْبِرِّ امْصِيَامُ فِى امْسَفَرِ ခရီးတွင် ရိုဇာထားခြင်းသည် ကောင်းမှုမဟုတ်ပါ’ ဟု ၎င်းတို့ဒေသ၏ ဘာသာစကားဖြင့် အဖြေပေးခဲ့လေသည်။ (မွတ်စ်နဒ်အဟ်မဒ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၂၃၆၇၉)

ဟဇရတ်အလီ ﷺ က မိန့်တော်မူခဲ့သည်မှာ حَدِّثُوا النَّاسَ بِمَا يَعْرِفُونَ، أَتُحِبُّونَ أَنْ يُكَذَّبَ اللّٰهُ وَرَسُوْلُهٗ. ‘အသင်တို့သည် လူတို့အား ၎င်းတို့ သိနားလည်သည့် စကားဖြင့်သာ စကားပြောကြလေကုန်။ အသင်တို့သည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်နှင့် ရစူလ်တမန်တော်မြတ်တို့အား မဟုတ်မမှန် စွပ်စွဲခံရခြင်းကို နှစ်သက်ကြပါ၏လော။ (ဗုခါရီကျမ်း၊ ၁၂၇)

ဟဇရတ် အဗ်ဒွလ္လာဟ်ဘင်န်မတ်စ်အူးဒ် ﷺ ထံမှ ဆင့်ပြန်ချက်လာရှိသည်မှာ مَا أَنْتَ بِمُحَدِّثٍ قَوْمًا حَدِيْثًا لَا تَبْلُغُهٗ عُقُوْلُهُمْ إِلَّا كَانَ لِبَعْضِهِمْ فِتْنَةً အသင်သည် လူတစ်စုအား ၎င်းတို့၏ အသိဉာဏ် လိုက်မမီသည့်စကားကို မပြောလေနှင့်။ သို့မဟုတ်ပါက ၎င်းတို့အနက်မှ လူအချို့အတွက် ထိုစကားသည် ပြဿနာတစ်ရပ်ဖြစ်သွားပေမည်။
(မွတ်စ်လင်မ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၁၄)

သာဓက။ ။ အဲ့မာမ်နဝဝီ ~~ က မိန့်ခဲ့သည်မှာ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများရှေ့တွင် ၎င်းတို့နှင့် မထိုက်တန်သေးသည့်စကားများကို မပြောဆိုလေနှင့်။ သို့မဟုတ်ပါက ဆိုးကျိုးရှိပေသည်။ ဆရာတစ်ဦးအနေဖြင့် သင်ခန်းစာတိုင်း၏ အချုပ်ကို ရှင်းပြရမည်။ ထို့ပြင် အခြား

သိမှတ်ဖွယ်ရာများကို ပြောပြရုံသာမက လိုက်လံရေးမှတ်စေရမည်။ သို့မှသာ ပြန်လည်ကျက်မှတ်ရာတွင် လွယ်ကူမည်ဖြစ်သည်။ يَسِّـــــرُوْا وَلاَتُـعَسِّرُوْا အသင်တို့သည် လွယ်ကူအောင်ပြုလုပ်ကြပါ။ ခက်ခဲအောင် မပြုလုပ်ကြကုန်နှင့်။ (ဟစ်လ်ယသွလ်အောင်လီယာအ်ကျမ်း၊ စာ-၈၄)

၃။ لاَتَغْضَبْ အသင်ဒေါသမထွက်နှင့်။ (ဗုခါရီကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၅၇၆၅)

သာဓက။ ။ တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် ဒေါသထွက်ခြင်းကို တားမြစ်ထားသည်။ အကြောင်းမှာ လူတစ်ဦးသည် ဒေါသဖြစ်သည်နှင့် ဆင်ခြင်တုံတရားပျောက်သွားပြီး နောင်တရစေမည့်စကားများ၊ လုပ်ရပ်များကို ကျူးလွန်မိတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် လူတစ်ဦးသည် ဆင်ခြင်တုံတရားထားပြီး ဒေါသကိုထိန်းချုပ်ကာ သည်းခံခွင့်လွှတ်နိုင်ရန် ကြိုးစားသင့်သည်။

၄။ يَسِّـرَا وَلاَ تُـعَسِّـرَا بَشِّـرَا وَلاَ تُـنَـفِّرَا تَطَاوُعَا وَلاَتَخْتَلِفَا 'လွယ်ကူအောင်ပြုလုပ်ကြပါ။ ခက်ခဲအောင်မပြုလုပ်ကြပါနှင့်။ ၄င်းနောက် မင်္ဂလာစကားကိုဆိုကြပါ။ ရွံမုန်းအောင်မပြုလုပ်ကြနှင့်။ အချင်းချင်း သင့်မြတ်စွာနေပါ။ အတိုက်အခံမပြုကြနှင့်။' (ဗုခါရီကျမ်း၊ ၂၈၇၃)

သာဓက။ ။ တမန်တော်မြတ် ﷺသည် အသင်းအဖွဲ့လိုက် လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ကြရာတွင် လိုက်နာရမည့် အခြေခံအချက် (၃)ချက်ကို မိန့်တော်မူထားသည်။

၁။ အလုပ်တိုင်းကို လွယ်ကူသောပုံစံဖြင့် ပြီးမြောက်အောင်မြင်

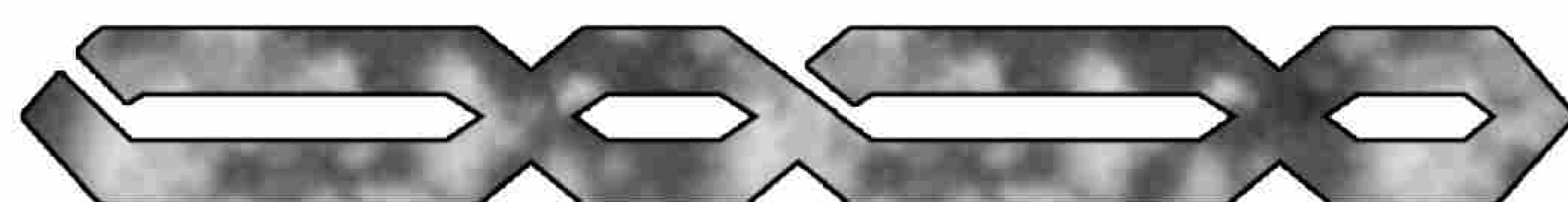
စေရမည်။ ဥပမာ- ဆရာသည် အလွန်ခက်ခဲသော သင်ခန်းစာတစ်ခုကို ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအား လွယ်ကူသောပုံစံဖြင့် သင်ကြားပို့ချပေးမည်။ သို့မဟုတ် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို ‘ဒီသင်ခန်းစာကတော့ လွယ်လွယ်လေးပဲဟော့’ ဟု ပြောကာ သင်ကြားပေးမည်ဆိုလျှင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် ထိုသင်ခန်းစာကို လွယ်ကူသည်ဟု စိတ်တွင် ထင်မှတ်သွား ကြပေမည်။ ထို့အတူ အလွန်လွယ်ကူသော သင်ခန်းစာတစ်ခုကို ဆရာက ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအား ‘ဒီသင်ခန်းစာကတော့ အရမ်းခက်တယ်’ဟု ပြောဆိုကာသင်ကြားပေးပါက ထိုစကားသည် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ စိတ်တွင် သက်ရောက်ပြီး ခက်ခဲသည်ဟုပင် ထင်မှတ်သွားကြပေမည်။

၂။ အလုပ်ရှင်များသည် လက်အောက်ငယ်သားများကို အလုပ်ခိုင်းစေရာတွင် ဆုလာဘ်တစ်စုံတစ်ရာ ချီးမြှင့်မည့်အကြောင်း မက်လုံးပေးကာ ခိုင်းစေပါက ခက်ခဲသည့်အလုပ်များကိုလည်း ဆောင်ရွက်ရန်အသင့်ဖြစ်သွားကြမည်။ သို့သော် ၄င်းတို့ကို အလုပ်မပြီးမြောက်လျှင် မည်သို့မည်ပုံ အပြစ်ဒဏ်ခတ်မည်ဟု ခြိမ်းခြောက်ကာ ခိုင်းစေလျှင် ၄င်းတို့သည် မလွန်ဆန်ဝံ့သောကြောင့် အလုပ်ကိုဆောင်ရွက်ကောင်းဆောင်ရွက်နိုင်သော်လည်း စိတ်ကျေနပ်မှုရှိမည်မဟုတ်ပေ။

ဆရာသည် ကျောင်းသားများကို ဆုလာဘ်တစ်စုံတစ်ရာပေးမည်ဟု မက်လုံးပေးကာ သင်ခန်းစာများ ကျက်မှတ်ခိုင်းလျှင် ကျောင်းသားအားလုံးသည် အလွန်စိတ်ပါဝင်စားစွာဖြင့် စာကျက်ကြလိမ့်မည်။ သို့သော် ၄င်းတို့ကို ခြိမ်းခြောက်မာန်မဲကာ စာကျက်ခိုင်းမည်ဆိုလျှင် ၄င်း

တို့သည် အပြစ်ဒဏ်ခတ်မည်ကို ကြောက်ရွံ့သောကြောင့် စာကျက်ကြမည်ဖြစ်သော်လည်း စိတ်ပါကြမည်မဟုတ်ပေ။

၃။ တတိယအချက်မှာ အချင်းချင်းသင့်မြတ်စွာနေကြရမည်။ အတိုက်အခံမပြုကြရ။အကြောင်းမှာအသင်းအဖွဲ့တစ်ခုတွင်အချင်းချင်း အတိုက်အခံဖြစ်ပွားနေလျှင် လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရာတွင် အဟန့်အတားဖြစ်ပေသည်။ အကြံဉာဏ်များ၊ အတွေးအခေါ်များ ကွဲပြားခြင်းသည် မလိုလားအပ်သောအရာတော့ မဟုတ်ချေ။ သို့သော် ထိုကွဲပြားနေသော အကြံဉာဏ်များကို နှီးနှောတိုင်ပင်ပြီး ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ရမည်။ ထိုကွဲပြားမှုအတိုင်း ဆက်လက်ရပ်တည်ပြီး လူတိုင်းက ကိုယ်ထင်ရာစိုင်းကြမည်ဆိုလျှင် လုပ်ငန်းတစ်ခုလုံး ပြိုကွဲပျက်သုဉ်းရပေမည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာများနှင့် ကျောင်းတာဝန်ခံများအကြား အကြံဉာဏ်များကွဲပြားနေမှုကို စေ့စပ်ညှိနှိုင်းကာ ဖြေရှင်းလိုက်ရမည်။ အချို့ အခြေအနေများတွင် အကြံဉာဏ်များကွဲပြားမှုကြောင့် အချင်းချင်း အမုန်းပွားတတ်ကြပေသည်။ ထို့ပြင် အာဃာတထားခြင်း၊ အတင်းပြောခြင်း၊ ချောက်တွန်းခြင်း အစရှိသည့် စိတ်၏ ရောဂါဆိုးများ တွယ်ကပ်လာတတ်ပေသည်။



အခန်း(၃)
မိမိကိုယ်ကို သုံးသပ်ခြင်း

ကျောင်းသားများ၏ စိတ်နေသဘောထားများကို မလေ့လာမီ မိမိ၏ စိတ်နေသဘောထားကို ဦးစွာသိရှိအောင် ဆန်းစစ်ခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။

ကျောင်းသားများ၏ စိတ်နေသဘောထားများထက်အလျင် ဆရာသည် မိမိ၏ စိတ်နေသဘောထားကို ဦးစွာနားလည်သိရှိထားရမည်။ ထို့အတွက်ကြောင့် မိမိစိတ်ကို ဆန်းစစ်ခြင်း၊ အခြားသူများကို ဝေဖန်သုံးသပ်ခိုင်းခြင်းများ ပြုလုပ်ရမည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်ရာတွင် အောက်ပါ (၄) ချက်ကို အဓိက ဆန်းစစ်ရမည်။

၁။ ဗီဇနှင့် ပင်ကိုယ်စရိုက်

၂။ လုပ်ဆောင်ချက်များ

၃။ အကျင့်စာရိတ္တ

၄။ ဝတ်စားဆင်ယင်မှု

၁။ ဗီဇနှင့် ပင်ကိုယ်စရိုက်

အများအားဖြင့် 'စီရယ်'ဟု ဆိုလိုက်လျှင် ဘဝသက်တမ်း၏အခြေအနေများကို ရည်ညွှန်းကြသည်။ သို့သော် စိတ္တဗေဒတွင်မူ 'စီရယ်' ဟူသည် လူတစ်ယောက်၏ ဗီဇ၊ စိတ်ခံစားချက်နှင့် စကားပြောဆိုဟန်စသည်တို့ကို လေ့လာပြီး အားနည်းချက်များကို ပြုပြင်ခြင်းနှင့် အားသာချက်များကို ပိုမိုတိုးပွားလာအောင်ပြုလုပ်ခြင်းကို ရည်ညွှန်းသည်။

လူတစ်ဦး၏ ကိုယ်ကျင့်တရားသက်ရောက်မှုကို နှုတ်ဖြင့်လည်း မဖော်ဆောင်နိုင်သလို ကလောင်ဖြင့်လည်း မဖော်ကျူးနိုင်ချေ။

ဆရာတစ်ယောက်အနေနှင့် မိမိ၏ ဗီဇကို သုံးသပ်ရာတွင် ၎င်းသည် ဒေါသထွက်လွယ်သောသူတစ်ဦး ဟုတ်မဟုတ် ဦးစွာ ဆန်းစစ်ရပေမည်။ အကြောင်းမှာ ဆရာသည် စိတ်ဓါတ်ခက်ထန်သူတစ်ဦးဖြစ်ပါက သင်ကြားပို့ချရာတွင် ဆိုးကျိုးများစွာရှိပေသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် တမန်တော်မြတ် ﷺ ၏ ဗီဇကို ချီးမွမ်းမိန့်ဆိုထားသည်မှာ. . .

﴾وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ﴿ 'အကယ်၍သာ အသင်သည် ကြမ်းတမ်းသောသူ၊ (လူမှုဆက်ဆံရေး၌) စိတ်သဘောခက်ထန်ကြမ်းကြုတ်သောသူတစ်ဦးဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် ၎င်းတို့သည် အသင့်အနီးမှ ထွက်ပြေးကုန်ကြမည်မှာ မလွဲတည်း။' (စူရဟ်အားလေ့အိမ်ရားန်၊ ၁၅၉)

ထို့ကြောင့် ဆရာတစ်ပါးသည် အထူးသဖြင့် သာသနာ့ပညာသင်ကျောင်းတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသော ဆရာများသည် စိတ်ဓါတ်ခက်ထန်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်သင့်ပေသည်။ ထို့အပြင် မိမိကိုယ်ကို စိတ်သဘောထားသိမ်မွေ့သူတစ်ဦးဖြစ်လာအောင် လုပ်ယူရမည်။ ဒေါသကို ထိန်းချုပ်ရမည့် ဟဒီးဆ်တော်လာ နည်းလမ်းများကို ကျင့်သုံးသင့်ပေသည်။ ဆရာဝန်တစ်ဦးသည် လူနာကို ကုသပေးနေချိန်တွင် ဒေါသမဖြစ်သကဲ့သို့ ဆရာများအတွက် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် လူနာများပမာဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအပေါ် ဒေါသမထွက်သင့်ကြောင်း ကောင်းစွာမှတ်သားထားရပေမည်။

ဒေါသထွက်ခြင်းနှင့် ဒေါသကို ထုတ်ဖော်ခြင်းသည် ကွဲပြားကြောင်းကို မူ သိထားရမည်။ အကယ်၍ တစ်ဦးတစ်ယောက်သည် ဒေါသထွက်လျှင် ထိုဒေါသအလျောက် မိမိစိတ်ကို မထိန်းချုပ်နိုင်ဘဲ ရိုက်နှက်ဆုံးမ'ရာတွင် အတိုင်းထက်လွန်ကျူး သွားတတ်သည်။ သို့ဖြင့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်မှုများဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ အချို့ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် ထိုကဲ့သို့ ရိုက်နှက်မှုကြောင့် ပညာသင်ကြားခြင်းကိုပင် စွန့်လွှတ်သွားတတ်ကြပေသည်။ သို့သော် တစ်ခါတစ်ရံ ပြုစုပျိုးထောင်ရာတွင် မိမိ၏ဒေါသကို ထုတ်ဖော်ပြသသင့်ပေသည်။ ဟဒီးဆ်တော်များတွင် တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် မိမိဒေါသကို ထုတ်ဖော်ပြသခဲ့သည့် အကြောင်းအရာများစွာလာရှိသည်။ သဗူးက်ကြိုးပမ်းမှုတွင် မပါဝင်ခဲ့သည့်အတွက် ဟဇရသ် ကအ်ဗ် ဘင်န် မာလစ်က် ﵁ နှင့် ၎င်း၏ မိတ်ဆွေနှစ်ဦးဖြစ်သော မိုရာရဟ် ဘင်န် ရဗီးအ် ﵁ နှင့် ဟိလားလ်ဘင်န်အိုမိုင်ယဟ် ﵁ တို့အပေါ် ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ သည် ဒေါသကို ထုတ်ဖော်ပြသခဲ့သည်။ (မွတ်စ်လင်မ်ကျမ်း၊ ၇၁၉၂)

ဆရာတစ်ယောက်သည် မိမိ၏ စိတ်ခံစားချက်များကိုလည်း ထိန်းချုပ်သင့်ပေသည်။ အကယ်၍ မိမိ၏ စိတ်ခံစားချက်များကို မထိန်းချုပ်ပါက ၎င်း၏ စိတ်ခံစားချက်သည် ရလိုမှုဖြစ်နေလျှင် ငွေကြေးချမ်းသာကြွယ်ဝသော မိသားစုမှ ကလေးကို ပိုမိုဂရုစိုက်မိပေမည်။ ထိုအခါ ဆင်းရဲသော မိသားစုမှ ကလေးများသည် မိမိတို့ကို ဆရာက ဂရုမစိုက်ကြောင်း ခံစားမိပြီး စာတွင် စိတ်ပါဝင်စားမှု လျော့နည်းသွားပေမည်။

ထို့အတူ ဆရာသည် သနားစိတ်လွှမ်းမိုးကာ ဆင်းရဲသောမိသားစု

မှ ကလေးများကို ပိုမို၍ဂရုစိုက်မိပါက ချမ်းသာသော မိသားစုမှ ကလေးများသည် မိမိတို့ကို ဆရာကဂရုမစိုက်ကြောင်း ခံစားမိပြီး စာတွင် စိတ်ပါဝင်စားမှု လျော့နည်းသွားပေမည်။ အချို့ဆရာများသည် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများရှေ့တွင် 'ချမ်းသာတဲ့ကလေးတွေက စာမဖတ်ကြဘူး။ ဆင်းရဲတဲ့ကလေးတွေက ပညာကိုကြိုးစားသင်ယူပြီး ထွန်းပေါက်အောင်မြင်သွားကြတယ်'ဟု ထုတ်ဖော်ပြောဆိုတတ်ပေသည်။ ထိုကဲ့သို့သော စကားများသည် ချမ်းသာသော ကလေးများကို ပညာသင်ကြားရေးအပေါ် အဆိုးမြင်သွားစေသည်။

ဆရာ၏ စိတ်၌ အလှအပမက်မောစိတ်ဖြစ်ပေါ်နေပြီး ရုပ်ရည်တင့်တယ်လှပသည့် ကလေးများဘက်သို့ အာရုံပိုစိုက်မိလျှင် အလွန်ညစ်ညမ်းသည့်ရောဂါဆိုးများ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ကာ ဆရာ၏ စာရိတ္တကိုချိုးဖဲ့ဖျက်ဆီးလိုက်ပေမည်။ ထို့ပြင် တစ်ခါတစ်ရံ ထိုရောဂါဆိုးများသည် ကျောင်းသားများဆီသို့ ကူးစက်သွားတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာသည် မိမိ၏ စိတ်ခံစားချက်များကို ထိန်းချုပ်ရမည်။

ရွဲ့စောင်းနေသော အုတ်မြစ်ပေါ်တွင် တည်ထားသော နံရံသည် ကောင်းကင်ယံရှိ ကြယ်တာရာတိုင် မြင့်သော်ငြားလည်း စောင်း၍သာ နေချေမည်။

အခြေခံကျောင်းမှ ဆရာများသည် ကလေးသူငယ်များကို ပြုစုပျိုးထောင်ရာတွင် ပထမဦးဆုံး အုတ်မြစ်ပင်ဖြစ်သည်။ အခြေခံအုတ်မြစ်ချရာတွင် အားနည်းချက်များ၊ လျော့နည်းချက်များ ရှိနေခဲ့လျှင် ထိုအားနည်းချက်များသည် ကလေးများ၏ ဘဝနောက်ဆုံးအချိန်အထိ

ကျန်ရှိနေပေမည်။ ထို့ကြောင့် အခြေခံကျောင်းများမှ ဆရာများသည် အလယ်တန်းကျောင်းများ၊ တက္ကသိုလ်များရှိ ဆရာများထက် ပို၍ သောကထား ကြိုးပမ်းသင့်ပေသည်။

၂။ လုပ်ဆောင်ချက်များ

အခြေခံကျောင်းများ၏ စံချိန်မြှင့်တင်ရန်အတွက် ဆရာသည် မိမိ၏ လုပ်ဆောင်ချက်များကို အကောင်းဆုံးဖြစ်ရန် ကြိုးပမ်းရမည်။ အကယ်၍ ဆရာ၏ လုပ်ဆောင်ချက်တွင် အားနည်းချက်ရှိလျှင် ပညာအရည်အချင်း စံချိန်သည် လျော့နည်းကျဆင်းလာမည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာသည် မိမိ၏ လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဆန်းစစ်ရာတွင် အောက်ပါအချက်များကို ဂရုပြုသင့်ပေသည်။

၁။ **အချိန်လေးစားခြင်း**။ ဆရာသည် အချိန်ကို မလေးစားလျှင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည်လည်း အချိန်ကို လေးစားကြတော့မည်မဟုတ်။

၂။ **သောကထားခြင်း**။ ဆရာသည် သောကမရှိဘဲ ပျင်းရိနေမည်ဆိုလျှင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည်လည်း သောကမထားကြတော့ဘဲ စာဖတ်ရာတွင် ပျင်းရိနေကြမည်။

၃။ **သင်ကြားရေးစနစ်**။ ဆရာသည် သတ်မှတ်သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကုန်ဆုံးရန်အတွက် နေ့စဉ် သတ်မှတ်ထားသည့် အတိုင်းအတာအထိ သင်ကြားပေးမှသာလျှင် အကျိုးဖြစ်ထွန်းမည်ဖြစ်သည်။

၄။ **စာမေးပွဲ**။ ဆရာသည် လစဉ်စာမေးပွဲစစ်ပေးလျှင် (၆)လပတ်

နှင့် နှစ်ပတ်လည်အတန်းတင်စာမေးပွဲများတွင် ကျောင်းသားများ၏ ရလဒ်သည် ကောင်းမွန်လာမည်ဖြစ်သည်။

၃။ အကျင့်စာရိတ္တ

တမန်တော်မြတ် ﷺ မိန့်တော်မူသည်မှာ. . .
مَـامِنْ شَيْءٍ أَثْقَلُ فِي الْمِيْزَانِ مِنْ حُسْنِ الْخُلُقِ 'မီဇာန်ချိန်ခွင်တွင် အကျင့်စာရိတ္တကောင်းခြင်းထက်သာပို၍ အချိန်စီးသည့်အရာမရှိပေ။
(အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၄၇၉၉)

အပေါ်ယံကြည့်ပြီး အကောင်း၊ အဆိုး မဆုံးဖြတ်ပါနှင့်။ ရတနာအစစ်ဖြစ်သော စာရိတ္တကိုသာ ကြည့်ပြီး ဆုံးဖြတ်ပါလေ။

အခြေခံကျောင်းများတွင် သင်ကြားပေးသည့် ဆရာတိုင်းသည် အကျင့်စာရိတ္တကောင်းမွန်သူဖြစ်ရမည်။ အကြောင်းမှာ ကလေးငယ်များ၏ ရှေ့တွင် ဆဲဆိုခြင်း စသည့် စာရိတ္တပျက်ပြားသောအပြုအမူများ ပြုလုပ်မည်ဆိုလျှင် ကလေးများသည်လည်း အတုခိုးပြီး အကျင့်စာရိတ္တပျက်ပြားသူများဖြစ်သွားကြပေမည်။ အတင်းပြောခြင်း၊ ဆဲဆိုခြင်း၊ ရိုင်းပြခြင်းတို့ကို မကောင်းမှုများဟုပင် ထင်မှတ်ကြတော့မည်မဟုတ်။

ခါးဒဏ်ရာများသည် ကုသပျောက်ကင်းနိုင်သော်လည်း၊ နှုတ်၏ဒဏ်ရာများအတွက်ကား ကုရာနတ္တိ ဆေးမရှိပေ။

ဆရာသည် မိမိ၏စာရိတ္တကို ကိုယ်တိုင်ဆန်းစစ်ခြင်း၊ အခြားသူများကို ဝေဖန်ခိုင်းခြင်းများပြုလုပ်ရမည်။ အကျင့်စာရိတ္တ ကောင်းမွန်သူတစ်ဦးဖြစ်လာရန် မွေးမြူရမည့် အရည်အချင်းများမှာ. . .

၁။ စကားကို ချိုသာစွာပြောဆိုခြင်း။ ဆရာသည် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတစ်ဦးတိုင်းနှင့် နူးညံ့ချိုသာစွာ စကားပြောဆိုရမည်။ ခါးသီးသော စကားများ၊ ဆဲရေးတိုင်းထွာခြင်းများကို ရှောင်ကြဉ်ရမည်။

'ချိုသာသောစကားသည် ပျော်ရွှင်ခြင်း၏ ပန်းပွင့်ဖြစ်သည်။
အနှိုင်းမဲ့ပုလဲသည် မေတ္တာ၏ ပြယုဂ်ပင်ဖြစ်သည်။'

လူတစ်ဦး၏ နှုတ်လျှာသည် ၎င်း၏အကျင့်စာရိတ္တကို ဖော်ဆောင်ရာတွင် အခရာကျလှပါသည်။ နှုတ်လျှာကြောင့် စာရိတ္တ ကောင်းမွန်မှု (သို့မဟုတ်) အကျင့်ပျက်ယွင်းမှုသည် ပေါ်လွင်လာတတ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့်ဟဒီးဆ်တော်တွင်. . .

لَيْسَ الْمُؤْمِنُ بِالطَّعَّانِ وَلَا اللَّعَّانِ وَلَاالْفَاحِشِ وَلَاالْبَذِيِّ.

ဟဇရသ်အဗ်ဒွလ္လာဟ်ဘင်န်မတ်စ်အူးဒ် ﷺ ကဆင့်ပြန်ခဲ့သည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ က မိန့်တော်မူခဲ့သည်မှာ 'မို့အ်မင်န် (သက်ဝင်ယုံကြည်သူ)တစ်ဦးသည် စကားနာထိုးတတ်သူ၊ အလွန်ကျိန်ဆဲတတ်သူ၊ အရှက်မဲ့စကားများပြောဆိုတတ်သူ၊ ဆဲရေးတိုင်းထွာတတ်သူမဖြစ်နိုင်။'

(သစ်ရ်မေ့ဇီကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၁၉၇၇)

တမန်တော်မြတ် ﷺသည် အွမ္မသ်သားများအား မကောင်းသည့် အကျင့်စာရိတ္တများမှ ထိန်းသိမ်းတော်မူရန် ဒိုအာပြုနည်းကို သင်ကြားပေးခဲ့သည်မှာ. . .

اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَعُوذُبِكَ مِنْ مُنْكَرَاتِ الْأَخْلَاقِ وَالْأَعْمَالِ وَالْأَهْوَاءِ.

'အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကျွန်တော်မျိုးသည် မကောင်းသည့် စာရိတ္တများ၊ လုပ်ရပ်များ၊ စိတ်ရမ္မက်များမှ အရှင်မြတ်ထံ ခိုလှုံခွင့် တောင်းခံ

အပ်ပါသည်။' (သစ်ရှိမေ့ဇီကျမ်း၊ ၃၉၄၀)

ထို့ကြောင့် ဆရာများသည် ဤဒိုအာကို နမားဇ်ပြီးတိုင်းတွင် တောင်းခံသင့်သည်။ အင်န်ရှာအလ္လာဟ်၊ များစွာအကျိုးထူးမည်ဖြစ်သည်။

အစ္စလာမ်သာသနာတော်သည် အတင်းပြောဆိုခြင်းကို အလွန်ကြီးလေးသော အပြစ်တစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်ထားသည်။ ဆရာတစ်ဦးသည် အတင်းပြောခြင်းကဲ့သို့သော ရောဂါဆိုးမှ အထူးရှောင်ကြဉ်သင့်ပေသည်။ အကြောင်းမှာ အတင်းပြောခြင်းသည် ယားနာကဲ့သို့ အခြားသူများကိုပါ ကူးစက်တတ်သော ရောဂါဖြစ်သည်။ အတင်းပြောသူနှင့် အတူထိုင်လိုက်သည်နှင့် ၎င်းလည်း အတင်းပြောတတ်သည့် အကျင့်ပါသွားသည်။ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ အတင်းပြောသည့်ရောဂါမှ ရှောင်ကြဉ်နိုင်ကြရန် ဆရာသည် အတင်းပြောခြင်းကို ဦးစွာရှောင်ကြဉ်ရမည်။ အချို့ကျောင်းများတွင် ဆရာများသည် ကျောင်းသားများ၏ရှေ့တွင် အခြားဆရာများ၏ မကောင်းကြောင်းကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုတတ်ကြသည်။ သို့ဖြင့် ထိုကျောင်းရှိကျောင်းသားများ၏ စာရိတ္တများ ပျက်ပြားကုန်ကြသည်။ ထိုကျောင်းမျိုးတွင် များသောအားဖြင့်ပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ်တတ်ပြီး တိုးတက်ရမည့်အစား ကျဆင်းဆုတ်ယုတ်မှုနှင့်သာ ရင်ဆိုင်ရလေတော့သည်။



အတင်းပြောဆိုခြင်းကို လွယ်ကူစွာရှောင်ကြဉ်နည်းများ

၁။ မိမိရှေ့တွင် တစ်ဦးတစ်ယောက်၏အတင်းကိုပြောဆိုနေပါက ထိုသူကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း တားမြစ်ရမည်။ ထိုသို့မပြုနိုင်ပါက ထိုနေရာမှ ရှောင်ထွက်သွားလိုက်ရမည်။

၂။ အကယ်၍ မိမိကိုယ်တိုင်က တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ အတင်းပြောဆိုမိပါက ၎င်းကို လက်ဆောင်တစ်စုံတစ်ရာပေးပြီး 'ကျွန်ုပ်သည် အသင်၏ နောက်ကွယ်တွင် အတင်းပြောခဲ့မိသည်။ ကျွန်ုပ်ကို ခွင့်လွှတ်ပါ' ဟု ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောဆိုတောင်းပန်လိုက်ရမည်။ အကယ်၍ တစ်ဦးတစ်ယောက်နှင့် ထိုသို့တစ်ကြိမ်ဖြစ်ဖူးလျှင် ၎င်း၏ အတင်းပြောခြင်းကို နောင်တွင်ရှောင်ကြဉ်လာနိုင်ပေမည်။

၃။ တစ်ဦးတစ်ယောက်က တစ်နေရာတွင် အသင်၏ အတင်းပြောဆိုနေကြောင်း သတင်းလာပို့လျှင် ထိုသူ၏အတင်းကိုပြန်မပြောဘဲ '၎င်းကို ကျွန်ုပ်ကိုယ်စား ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပေးပါ။ အကြောင်းမှာ ၎င်း၏အအ်မာလ်များကို ကျွန်ုပ်ရရှိနေသောကြောင့်ဖြစ်သည်' ဟု စကားပါးလိုက်ရမည်။ အကယ်၍ မိမိနောက်ကွယ်တွင် အတင်းပြောဆိုခဲ့သောသူနှင့်ဆုံတွေ့ခဲ့လျှင် ပြုံးရွှင်သောမျက်နှာဖြင့် အားရဝမ်းသာစွာ နှုတ်ဆက်ပြီး 'အသင်သည် ကျွန်ုပ်၏အတင်းကိုပြောဆိုခြင်းအားဖြင့် အသင့်၏ အအ်မာလ်များကို ကျွန်ုပ်အား ခွဲဝေပေးခဲ့သောကြောင့် အလွန်ကျေးဇူးဥပကာရ တင်ရှိပါသည်' ဟု ပြောရမည်။

၄။ အတင်းပြောသောသူများသည် များသောအားဖြင့် လူရင်းများအနက်မှ ဖြစ်တတ်ကြသည်။ တစ်ချို့လူများဆိုလျှင် ၎င်းတို့အပေါ်တွင်

ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျေးဇူးများပင် တင်ရှိနေတတ်သည်။ ထိုသူများသာလျှင် ကျွန်ုပ်တို့၏အတင်းများကို အားပါးတရ ပြောလေ့ရှိသည်။ ထိုအခြေအနေများတွင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ၄င်းတို့အပေါ်ပြုထားသော မိမိတို့၏ ကျေးဇူးများကို ဖော်ထုတ်ပြီး အကျိုးစဝါးဗ်ကို မဖျက်ဆီးရပေ။ သို့သာမက وَلۡيَعۡفُوا۟ وَلۡيَصۡفَحُوٓا۟ 'ခွင့်လွှတ်ပြီး ကျေအေးလိုက်ရမည်' (စူရာဟ်နူရ်၊ အာယသ် ၂၂) ဟူသော အာယသ်တော်အပေါ် လိုက်နာကျင့်သုံးသည့်အားဖြင့် ၄င်းတို့အား ခွင့်လွှတ်ကျေအေးလိုက်ရမည်။ ထို့အပြင် ၄င်းတို့အပေါ် ယခင်နည်းတူ ကျေးဇူးပြုမြဲပြုနေရမည်။

၂။ **သနားကြင်နာခြင်း**။ ဆရာတစ်ဦးသည် သနားကြင်နာစိတ်ရှိပါက ၄င်းသည် ကလေးတစ်ဦးတိုင်း၏ ရေး့ရေးနှင့်ပတ်သက်၍ သောကထားလိမ့်မည်။ ကျောင်းနေအရွယ် ကလေးတစ်ဦးဦးသည် ကျောင်းသို့ ရောက်မလာသည်ကို သိရလျှင် ထိုကလေး၏ ရေး့ရေးကိုတွေးပူကာ အချိန်ထုတ်ပြီး ၄င်း၏ မိဘများနှင့်သွားရောက်တွေ့ဆုံရမည်။ ထို့နောက် ထိုကလေးငယ်ကို ကျောင်းသို့ပို့ကာ ပညာသင်ယူစေရန် တိုက်တွန်းပေးရမည်။

ဟဇရသ် စွဖ်ယားန်ဆောင်ရီ ﵀ က မိန့်ခဲ့ဖူးသည်မှာ 'အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ ကစမ်၊ ကျောင်းသားများသည် အကယ်၍ ကျွန်ုပ်တို့ထံသို့ မလာနိုင်ပါက ကျွန်ုပ်တို့သည် ၄င်းတို့ထံသို့ သွားရောက်ကာ ပညာသင်ကြားပေးကြမည်။' (ဂျာမေ့အ်ဘယားနွလ်အိလ်မေ့ဝဖဇွ်လိဟီကျမ်း၊ စာ-၁၁၇)

၃။ **သဘောထားကြီးခြင်း**။ ဆရာသည် သဘောထားကြီးသူဖြစ်လျှင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ နှလုံးသားများကို ပိုင်ဆိုင်ရှုမှု

မက ရပ်ကွက်ရှိလူများ၏ ချစ်ခင်မှုကိုပါ ရရှိမည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် မိမိထံတွင် သဘောထားကြီးမှုရှိ၊ မရှိ ဦးစွာဆန်းစစ်ရမည်။ ထိုသို့ မဟုတ်ဘဲ ဒေါသများ (Short Temper)ကိုသာ တွေ့ရှိရပါက ကုသရမည်။ ဟဒီးဆ်တော်များတွင် လာရှိသော ဒေါသထိန်းချုပ်သည့် နည်းလမ်းများကို လက်ကိုင်ပြုသင့်သည်။ ထို့အတူ သူတော်စင်များ၏ ရေးသား မိန့်ဆိုချက်များကိုလည်း လေ့လာဖတ်ရှုသင့်ပေသည်။

အသင်သည်လူတစ်စုကို ဦးဆောင်မည်ဆိုပါက သည်းခံခြင်းကို လက်ကိုင်ထားပြီး ဆဲဆိုခြင်းနှင့် ဒေါသထွက်ခြင်းများကို ရှောင်ကြဉ်ရမည်။

နှလုံးသားမာကျောခြင်းနှင့် ဒေါသထွက်ခြင်း၏ ကုထုံးနှင့်ပတ်သက်၍ ဟဒီးဆ်တော်တွင် လာရှိသည်မှာ. . .

أَتُحِبُّ أَنْ يَلِينَ قَلْبُكَ وَتُدْرِكَ حَاجَتَكَ؟ اِرْحَمِ الْيَتِيمَ وَامْسَحْ رَأْسَهُ وَأَطْعِمْهُ مِنْ طَعَامِكَ يَلِنْ قَلْبُكَ وَتُدْرِكْ حَاجَتَكَ.

'အသင်သည် နှလုံးသားနူးညံ့ခြင်းနှင့် (ဒိုအာများကဗူလ်ဖြစ်ပြီး) မိမိအလိုပြည့်ခြင်းကို နှစ်သက်ပါ၏လော။ (ထိုသို့ဆိုလျှင်) ဖတဆိုးကလေးငယ်ကို ကြင်နာပါ။ ၎င်း၏ဦးခေါင်းကိုပွတ်သပ်ပါ။ မိမိ၏အစားအစာမှ ၎င်းအား ကျွေးမွေးပါ။ သို့မှသာ အသင်၏နှလုံးသားနူးညံ့လာပြီး (ဒိုအာများ ကဗူလ်ဖြစ်ကာ) အလိုများပြည့်ဝလာလိမ့်မည်။'

(ကန်ဇွလ်အွမ္မားလ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၆၀၀၂)

၄။ ရိုကျိုးခြင်း။ လူအများ၏ ချစ်ခင်မှုကို ရလိုသည့်ဆရာသည် ရိုကျိုးခြင်းကို လက်ကိုင်ထားရမည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ က အွမ္မသ်

ထု တစ်ရပ်လုံးအား လူအများ၏ ချစ်ခင်မှုကို ရရှိစေမည့် ပုံသေနည်း တစ်ခုအား တင်ပြထားသည်မှာ. . .

مَنْ تَوَاضَعَ لِلّٰهِ رَفَعَهُ اللّٰهُ فَهُوَ فِيْ نَفْسِهِ صَغِيْرٌ وَفِيْ أَعْيُنِ النَّاسِ عَظِيْمٌ وَمَنْ تَكَبَّرَ وَضَعَهُ اللّٰهُ فَهُوَ فِيْ أَعْيُنِ النَّاسِ صَغِيْرٌ وَفِيْ نَفْسِهِ كَبِيْرٌ حَتّٰى لَهُوَ أَهْوَنُ عَلَيْهِمْ مِنْ كَلْبٍ أَوْ خِنْزِيْرٍ.

'မည်သူမဆို အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်နှစ်သက်ရန်အလို့ငှာ ရိုကျိုးစွာနေခဲ့ပါလျှင် ၎င်းသူကို အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် အဆင့်အတန်း မြင့်မားစေတော်မူမည်။ ၎င်း၏စိတ်ထဲတွင် မိမိကိုယ်ကို သေးငယ်သည်ဟုမြင်သော်လည်း လူအများ၏ အမြင်တွင် ၎င်းသည် ကြီးကျယ်သူဖြစ်မည်။ ထို့အတူ မည်သူမဆို မာန်မာနထောင်လွှားပါက ၎င်းသူကို အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် သေးသိမ်စေတော်မူမည်။ ၎င်းသည် မိမိကိုယ်ကို ကြီးကျယ်သူဟု ထင်နေသော်လည်း လူအများ၏ အမြင်တွင် ၎င်းသည် သေးသိမ်သူဖြစ်မည်။ အဘယ်မျှဆိုသော် ၎င်းသည် လူအများထံတွင် ခွေး၊ ဝက်တိရစ္ဆာန်ထက်ပင် သေးသိမ်ယုတ်ညံ့နေပေမည်။'

(ရှုအဇ္ဇွလ်အီမာန်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၈၁၄၀)

ဟဇရတ် အုမရ် ﵁ သခင်က မိန့်ခဲ့သည်မှာ. . .

تَعَلَّمُوا الْعِلْمَ وَعَلِّمُوْهُ النَّاسَ وَتَعَلَّمُوْا لَهُ الْوَقَارَ وَالسَّكِيْنَةَ وَتَوَاضَعُوْا لِمَنْ يُعَلِّمُكُمْ عِنْدَهُ الْعِلْمَ وَتَوَاضَعُوْا لِمَنْ تُعَلِّمُوْهُ الْعِلْمَ وَلَا تَكُوْنُوْا جَبَابِرَةَ الْعُلَمَاءِ.

'အသင်တို့သည် ပညာသင်ယူကြပါ။ ပြီးနောက် လူတို့အား ပြန်လည်သင်ကြားပေးကြပါ။ ထိုပညာအတွက် အသင်တို့သည် တည်ငြိမ်မှု

ကို သင်ယူကြပါ။ ထို့အတူ အသင်တို့ကို ပညာသင်ကြားပေးသူတို့အား ဖြစ်စေ၊ အသင်တို့ထံမှ ပညာသင်ယူသူများကိုဖြစ်စေ ရိုကျိုးစွာဆက်ဆံကြပါ။ အသင်တို့သည် ခက်ထန်မောက်မာသော ပညာရှင်များ မဖြစ်ကြကုန်နှင့်။' (ရှုအဗ္ဗလ်အီမာန်ဗိုင်ဟကီ၊ တွဲ-၂၊ စာ- ၁၇၈၉)

ရိုကျိုးသော ပညာရှင်များ၏ လက္ခဏာသည် ၎င်းတို့၏မှားယွင်းချွတ်ချော်မှုများကို တစ်ဦးတစ်ယောက်က တင်ပြလာလျှင်လည်း ဆင်ခြေမပေးဘဲ အမှန်တရားကို လက်ခံကာ မရှက်မကြောက် ပြုပြင်တတ်ခြင်းဖြစ်သည်။

လူတစ်ယောက်၏ အပေါ်ယံ ရိုကျိုးစွာ ဆက်ဆံပြခြင်းကို ရိုကျိုးခြင်းဟု အထင်မှားနေကြသည်။ စင်စစ်မှာ ထိုအကျင့်သည် အကျင့်ဆိုးတစ်ခုဖြစ်ပေရာ အထူးရှောင်ကြဉ်သင့်ပေသည်။

၅။ **တာဝန်သိတတ်ခြင်း။** တာဝန်မသိတတ်သည့် ဆရာများသည် ဌာနအများစုတွင် အုပ်ချုပ်ရေးတာဝန်ခံများနှင့် အမြဲတမ်းလိုလို မကျေမလည်ဖြစ်တတ်သည်။ ၎င်းက 'ငါ့ရဲ့အလုပ်က စာသင်ဖို့ပဲ။ ဒီအတွက် လခပေးထားတာ။ ဒါကြောင့် ငါက ဘာလို့ပန်ကာပိတ်ရမှာလဲ။ ဘာလို့ တံမျက်စည်းလှည်းရမှာလဲ။ ငါက အခင်းဘာလို့ခင်းပေးရမှာလဲ။ ငါက တောက်တိုမယ်ရခိုင်းဖို့ခေါ်ထားတဲ့သူလား။' ဟု တွေးထင်တတ်ကြသည်။ ထိုသို့စိတ်ထားခြင်းသည် စိတ်ကြီးဝင်မှုသာဖြစ်သည်။ ဆရာတစ်ဦးအနေနှင့် မိမိထံတွင် တာဝန်သိစိတ်ကို မွေးမြူထားသင့်သည်။

سَيِّدُ الْقَوْمِ خَادِمُهُمْ. 'လူမျိုးတစ်စု၏ ခေါင်းဆောင်သည် (တာဝန်သိစိတ်) ဖြင့် အလုပ်ဆောင်ရွက်သူဖြစ်သည်။' (ကန်ဇုလ်အွမ္မားလ်၊ ၁၇၅၁၇)

အနာခံမှ အသာစံရမည်။ လှပသည့်ဥယျာဉ်ကြီးဖြစ်ပေါ်လာရန် သစ်စေ့များသည် မြေအောင်းခဲ့ကြရသည်။

၆။ **ဦးစားပေးတတ်ခြင်း။** ဆရာသည် တစ်ပါးသူကို ဦးစားပေးတတ်သည့် အရည်အချင်းမွေးမြူရမည်။ မိမိ၏ လိုအပ်ချက်များကို နောက်ဆိုင်းပြီး ၎ာနဲ၏ လိုအပ်ချက်များအား ဖြည့်ဆည်းပေးခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ ထိုသို့မဟုတ်လျှင် အသင်သည် တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သူ တစ်ဦးဖြစ်သွားပေမည်။ ထိုသို့တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရမည်။ ဦးစားပေးတတ်သော မွတ်စ်လင်မ်များအား ကုရ်အာန်ကျမ်းတော်မြတ်တွင် ချီးကျူးထားသည်မှာ. . .

﴿وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ.﴾ سورة الحشر: الآية ٩

'ထိုမှတစ်ပါး ၎င်း(အန်ဆွာရီ)တို့သည် မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ငတ်မွတ်နေကြသော်လည်း(ထိုမိုဟာဂျိရ်တို့အား)မိမိတို့ထက် ဦးစားပေးကြကုန်၏။

(စူရာဟ်ဟရှ်ရ်၊ အာယသ် ၉)



၄။ ဝတ်စားဆင်ယင်မှု

တောင်းမှာအကွပ် လူမှာအဝတ် ဆိုသလို ကျောင်းဆရာတစ်ဦးသည် မိမိ၏ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုကို ဂရုစိုက်သင့်ပေသည်။ မှန်ရှေ့တွင် မိမိ၏ ဆံပင်ကို သ'ရုံမျှမကဘဲ အဝတ်အစားများကိုပါ ဂရုတစိုက်စစ်ဆေးသင့်သည်။ သို့မှသာ ဆရာသည် သေသပ်ခန့်ညားမှု ရှိပေမည်။ ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ သည် မိမိ၏ ဝတ်ရုံများအနက်မှ သီးသန့်ဝတ်ရုံတစ်ထည်ကို ဟဇရသ်ဟဖ်ဆွဟ် رضي الله عنها ထံ၌ ထားရှိပြီး သံတမန်များ၊ နယ်ဝေးမှလာရောက်ကြသည့် ခရီးသည်အဖွဲ့များနှင့် တွေ့ဆုံချိန်တွင် ဝတ်ဆင်တော်မူသည်။

عَنْ عُرْوَةَ أَنَّ رَسُوْلَ اللّٰهِ ﷺ كَانَ لَهٗ ثَوْبٌ أَخْضَرُ يَلْبَسُهٗ لِلْوُفُوْدِ.

'ဟဇရသ်အွရ်ဝဟ် رضي الله عنه က ဆင့်ပြန်ခဲ့သည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ ထံတွင် နယ်ဝေးမှ လာရောက်သော ဧည့်သည်များ(နှင့်တွေ့ဆုံချိန် ဝတ်ဆင်ရန်)အတွက် အစိမ်းရောင် ဝတ်ရုံတစ်ထည်ရှိသည်။'

(စိုဗ္ဗိုလူလ်ဟိုဒါ ဝရ်ရရှား‌ဒ်၊ တွဲ-၇၊ စာ-၃၁၂)

كَانَ رَسُوْلُ اللّٰهِ ﷺ إِذَاقَدِمَ عَلَيْهِ الْوَفْدُ لَبِسَ أَحْسَنَ ثِيَابِهٖ وَأَمَرَ أَصْحَابَهٗ بِذٰلِكَ فَرَأَيْتُهٗ وَقَدْ قَدِمَ عَلَيْهِ وَفْدُ كِنْدَةَ وَعَلَيْهِ حُلَّةٌ يَمَانِيَّةٌ وَعَلٰى أَبِىْ بَكْرٍ وَعُمَرَ مِثْلُهٗ.

'တမန်တော်မြတ် ﷺသည် နယ်ဝေးမှ ဧည့်သည်များ လာရောက်သည့်အခါ အကောင်းဆုံးအဝတ်ကို ဆင်မြန်းတော်မူလေ့ရှိသည်။ ထို့အတူ မိမိ၏အဆွေတော်များကိုလည်း ထိုသို့ဝတ်ဆင်ရန် အမိန့်ပေးတော်မူသည်။ ကျွန်ုပ်သည် ကင်န်ဒဟ်မှ ဧည့်သည်များလာရောက်တွေ့

ဆုံချိန်တွင် တမန်တော်မြတ် ﷺ က ယီမင်နိုင်ငံ ထုတ်ခြုံထည် ဝတ်ဆင်ထားသည် ကိုတွေ့မြင်ခဲ့ရသည်။ ထို့အတူ အဗူဘကၠ်ရ် رضي الله عنه နှင့် အုမရ် رضي الله عنه တို့ကိုလည်း ထိုကဲ့သို့ဝတ်ဆင်ထားသည်ကိုတွေ့မြင်ခဲ့သည်။

(စို့ဗုလူလ်ဟိုဒါ ဝရ်ရရှားဒ်၊ တွဲ-၆၊ စာ-၂၅၉)

သာသနာ့ပညာရေးဌာနများတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသော ဆရာများသည် သာသနာကပြဌာန်းထားသော အဝတ်အစားမျိုးကို ဝတ်ဆင်ရမည်။ အဝတ်အစားသည် ရိုးရှင်းရမည်။ အရောင်အသွေး အလွန်တောက်ပနေခြင်းမရှိစေရ။ မျက်နှာကိုလည်း စွန္နသ်တော်နှင့် အညီ ခြယ်သရမည်။ မုတ်ဆိတ်ကို လက်တစ်ဆုပ်ထက်လျှော့ပြီး ညှပ်ခြင်း မပြုလုပ်ရပါ။



အောင်မြင်သောဆရာတစ်ဦးဖြစ်ရန် ဂရုပြုရမည့် အခြေခံအချက်အချို့

အမြဲတစေရှင်လန်း တက်ကြွနေမှသာလျှင် အောင်မြင်သောဆရာတစ်ဦးဖြစ်လာပေမည်။ ထို့အတွက် အောက်ပါအချက်များကို ဂရုပြုကျင့်သုံးထိုက်ပေသည်။

၁။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လေ့လာစူးစမ်းခြင်း။

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိရောက်စွာ ကိုင်တွယ်နိုင်ရန် မိမိ၏ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိလူများ၊ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို ကောင်းစွာလေ့လာထားရမည်။ ထို့ပြင် မိမိ၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အားနည်းချက်များကို ပ'ပျောက်အောင် ကြိုးစားရမည်။ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများနှင့် ဆက်ဆံရာ၌ ၎င်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထားများကို နားလည်သိရှိထားပြီးဖြစ်နေရမည်။

၂။ ပျင်းရိခြင်း။

ငုပ်မိသဲတိုင်၊ တက်နိုင်ဖျားရောက်ဆိုသလို မလျှော့သောဇွဲ၊ မယိမ်းသော လုံ့လဖြင့်ကြိုးစားမှသာ ပညာရတနာကို ဆွတ်ခူးရရှိနိုင်ပေမည်။

ပျင်းရိခြင်းသည် စိတ်ရောဂါတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ ထိုအကျင့်သည် အလုပ်အကိုင်များကို နှောင့်နှေးစေသည်။ အရည်အချင်းရှိသူများကိုပင် အချည်းအနှီးဖြစ်အောင် ပြုလုပ်နိုင်သည်။ အချို့လူများသည် ဦးဆောင်နိုင်သည့် အရည်အချင်းရှိသော်ငြားလည်း ပျင်းရိခြင်းကြောင့် တန်ဖိုးနည်းပါးကာ အညတရဖြစ်သွားကြတော့သည်။ ထို့ကြောင့်

လုပ်ငန်းတိုင်းကို တက်ကြွစွာ အမြော်အမြင်ရှိစွာဖြင့် ဆောင်ရွက်သင့်ပေသည်။ ယနေ့လုပ်ရမည့်အလုပ်ကို မနက်ဖြန်မရွှေ့လေနှင့်။

အလုပ်လုပ်မည်ဆိုလျှင် ယနေ့လုပ်ပါ။ ယနေ့လုပ်မည်ဆိုလျှင် ယခုလုပ်ပါ။

တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် မိမိ အွမ္မသ်သားများအား ပျင်းရိမှုမှ လွတ်မြောက်စေရန် ဒိုအာတောင်းခံနည်းကို သင်ကြားပေးခဲ့သည်။

اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَعُوذُبِكَ مِنَ الْعَجزِ وَالْكَسَلِ وَالْجُبْنِ وَالْبُخلِ وَالْهَرَمِ وَعَذَابِ الْقَبرِ وَفِتنَةِ الدَّجَّالِ.

'အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကျွန်တော်မျိုးသည် အရှင်မြတ်ထံတော်ပါးတွင် ချည့်နဲ့ခြင်း၊ ပျင်းရိခြင်း၊ သူရဲဘောကြောင်ခြင်း၊ စေးနည်းတွန့်တိုခြင်း၊ အိုမင်းမစွမ်းဖြစ်ခြင်း၊ ကဗရ်သင်္ချိုင်း၏ အဇာဗ်နှင့် ဒဂ်ျဂျာလ်၏ နှောင့်ယှက်ဖျက်စီးခြင်းမှ ခိုလှုံခွင့်တောင်းခံအပ်ပါသည်။'

(စို့နနေ့ကွပ်ရာကျမ်း၊ တွဲ ၄၊ စာ ၄၄၃၊ ဟဒီးဆ် ၇၈၆၄)

၃။ မိမိ၏ ဝေယျာဝစ္စကို ကိုယ်တိုင်ဆောင်ရွက်ခြင်း။

ဆရာသည် ကျောင်းသားများအား မိမိ၏ဝေယျာဝစ္စများကို မခိုင်းစေဘဲ ကိုယ်တိုင်ဆောင်ရွက်သင့်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရှေးဆရာသခင်ကြီးများသည် မိမိတို့၏ ဝေယျာဝစ္စများကို ကိုယ်တိုင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြောင်း သင်ခန်းစာယူဖွယ်ရာ တွေ့ရှိရသည်။ အလ္လာမဟ် အဗူလ်အတ်စ်ဝဒ်[၇] (အရဗီသဒ္ဒါကို မျိုးစေ့ချခဲ့သူ)သည် မိမိ၏ ဝေယျာဝစ္စများကို ကိုယ်တိုင် လုပ်ကိုင်ရာတွင် အဘယ်မျှ ဂရုစိုက်ခဲ့သည်ဆိုသော် လေဖြတ်သွားခဲ့သည့်တိုင် တပည့်တပန်းများ ထောင်နှင့်ချီရှိသော်လည်း

မိမိ၏ လိုအပ်ချက်ကို ဝယ်ယူရန်အတွက် ဈေးသို့ ခြေတရွှတ်ဆွဲကာ သွားလေ့ရှိခဲ့သည်။

ကျောင်းသားများကို ပြုစုပျိုးထောင်ရန်ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ခိုင်းစေလိုလျှင်လည်း အောက်ပါအချက်(၄)ချက်ကို ဂရုပြုသင့်သည်။

၁။ ၎င်းတို့မနိုင်သည့်ဝန်(ပြီးဆုံးအောင်မပြုလုပ်နိုင်သည့်အလုပ်) များကို မခိုင်းစေရ။

၂။ အလုပ်ခိုင်းပြီးသွားလျှင် ပြန်လည်အစားပေးသည့်အနေဖြင့် ဆုလာဘ်ချီးမြှင့်ရမည်။

၃။ (ချောမောသည့်)လူပျိုပေါက်ကျောင်းသားများကို မိမိတစ်ဦးတည်းရှိနေစဉ် သီးသန့်ခေါ်ယူ ခိုင်းစေခြင်းမပြုလုပ်ရ။

၄။ ထိုသို့ လူပျိုပေါက်အရွယ်ကျောင်းသားများထံမှ ကိုယ်ခန္ဓာဆိုင်ရာ ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်ပြုစုစေခြင်းများမှ ရှောင်ကြဉ်ရမည်။

၄။ မျှော်လင့်ချက်ကင်းမဲ့ခြင်း။

မျှော်လင့်ချက်ကင်းမဲ့ခြင်းသည်လည်း စိတ်ရောဂါတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ ကုရ်အာန်ကျမ်းတော်မြတ်တွင် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ် မိန့်တော်မူသည်မှာ. . .

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ.

'(အို-နဗီတမန်တော်)အသင်သည် (ငါအရှင်မြတ်၏ကိုယ်စား) ပြောကြားပါလေ။ အို-မိမိတို့အပေါ်၌ အလွန်အမင်းလွန်ကျူးခဲ့ကြကုန်သော ငါအရှင်မြတ်၏ ကျွန်အပေါင်းတို့၊ အသင်တို့သည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ ကရုဏာတော်မှ မျှော်လင့်ချက်မကင်းမဲ့ကြကုန်လင့်။' (စူရာဟ်ဇုမရ်၊ ၅၃)

မျှော်လင့်ချက်ကင်းမဲ့ခြင်းသည် အစ္စလာမ်သာသနာတော်တွင် ကွဖ်ရ်(ငြင်းပယ်ခြင်း)တစ်မျိုးဖြစ်သည်။ ကျွမ်းကျင်သောဆရာတစ်ပါးသည် ကျောင်းသား/သူတစ်ဦးဦးကို ပညာသင်ကြားပေးရာတွင် ငြီးငွေ့ခြင်း(သို့) ၄င်း၏ ပညာရေး၊ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာနှင့်ပတ်သက်ပြီး မျှော်လင့်ချက်ကင်းမဲ့ခြင်း မဖြစ်ရပေ။ သို့သာမက ပညာသင်ယူမှုတွင် စိတ်ပါဝင်စားမှုမရှိသော အပျော်မက်သည့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို ပညာရေးတွင် စိတ်ပါဝင်စားလာအောင် သင်ကြားရေး နည်းစနစ်သစ်များ ကြံဆပေးရပေမည်။

ကျောင်းသားတစ်ဦးသည် ပညာရေးတွင် လုံးဝစိတ်ဝင်စားမှုမရှိခဲ့ပေ။ ၄င်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး ဆရာအားလုံးသည်လည်း ၄င်း၏ ဉာဏ်ရည်ထိုင်းမှုကြောင့် မောပန်းကာ မျှော်လင့်ချက်ကင်းမဲ့ကုန်ကြ၏။ ၄င်းကို စာအရေးအဖတ်သင်ကြားပေးရန် မိဘများကလည်း ဆရာတစ်ပါးပြီး တစ်ပါးပြောင်းကာ စီစဉ်ပေးရင်း 'ငါတို့ ကလေးတော့ ပညာမဲ့အဖြစ်နဲ့ပဲ အမြဲတမ်းနေသွားရတော့မှာလား'ဟု သောကများဖြင့် ရေရွတ်မိကြတော့သည်။ နောက်ဆုံးတွင် ထိုကလေးသည် ကျောင်းသားများ၏ စိတ်နေသဘောထားကို ကောင်းစွာသိနားလည်သည့် ဆရာတစ်ပါးထံသို့ ရောက်လာခဲ့သည်။ ဆရာသည် ၄င်းနှင့် သုံးလေးရက်ခန့် ရင်းနှီးစွာ စကားပြောဆိုကြည့်ရာမှ ထိုကလေးသည် ခိုပြိုင်ပွဲများကို အလွန်နှစ်သက်ကြောင်း သိလိုက်ရလေသည်။ နောက်နေ့တွင် ဆရာသည် ခိုများ အကောင်(၃၀)ဝယ်လာပြီး ခိုအိမ် တစ်ခုစီတွင် ထည့်ထားလိုက်သည်။ ထို့နောက် ကလေးကိုခေါ်ပြီး 'ငါ ခိုလေးတွေကို

နာမည်ပေးထားတယ်’ ဟု ပြောကာ ၁ မှ ၃၀ အထိ ခိုများကို အမည်ပေးလိုက်သည်။ ရက်အနည်းငယ်အတွင်း ထိုကလေးငယ်သည် ၁ မှ ၃၀ ထိအရေအတွက်များကို အလွတ်ရသွားခဲ့သည်။ တဖန်ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ်အကြာတွင် ‘ခိုတွေကို ငါတို့ နာမည်ပြောင်းပေးကြစို့’ ဟုဆိုကာ ဗျည်းအက္ခရာများ၏ အမည်ပေးလိုက်ပြန်သည်။ ကလေးငယ်သည် ရက်အနည်းငယ်အတွင်း ထိုဗျည်းအက္ခရာများကို အလွတ်ရသွားပြန်သည်။

ကျွမ်းကျင်သောဆရာသည် မည်သည့်ကျောင်းသားမျိုးကြောင့်မျှ စိတ်ညစ်ခြင်း၊ စိတ်ကုန်ခြင်းမဖြစ်ပေ။ သို့သာမက ကျောင်းသားများ၏ အားနည်းချက်များကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သော စိတ်ပြိုငြင်ခြင်းကို မိမိ၏ရင်တွင်းမှ ရှင်းလင်းထားရမည်။ ထို့ကြောင့်စာဆိုတစ်ခုတွင်. . . ‘ငါတို့၏ သံနို့ဠှာန်သည် ငါတို့၏ရင်ဘတ်ကို မှန်တစ်ချပ်ပမာ ကြည်လင်စေရမည်။ ငါတို့၏ လမ်းစဉ်သည် အမုန်းအာဃာတထားခြင်းကို ကွဖ်ရ် (ငြင်းပယ်ခြင်း၏လုပ်ရပ်)အဖြစ် မှတ်ယူခြင်းဖြစ်သည်။’ဟု လာရှိထားပေသည်။

၅။ အချိန်ဇယား (Time Table)

မိမိ၏ ၂၄ နာရီလုံးကို အချိန်ဇယားဆွဲထားရမည်။ ပြီးလျှင် ထိုအချိန်ဇယားနှင့်အညီ နေ့စဉ် သတ်မှတ်ထားသည့် အလုပ်များကို ဆောင်ရွက်ရမည်။ ထိုအချိန်ဇယားကို အမြဲသတိရနေစေရန် မြင်သာသည့် နေရာတွင် ချိတ်ဆွဲထားပြီး မိနစ်တိုင်းကို အကျိုးရှိစွာ အသုံးချရပေမည်။ အချိန်ဇယားရေးဆွဲထားခြင်းကြောင့် လူတစ်ဦး၏ များစွာ

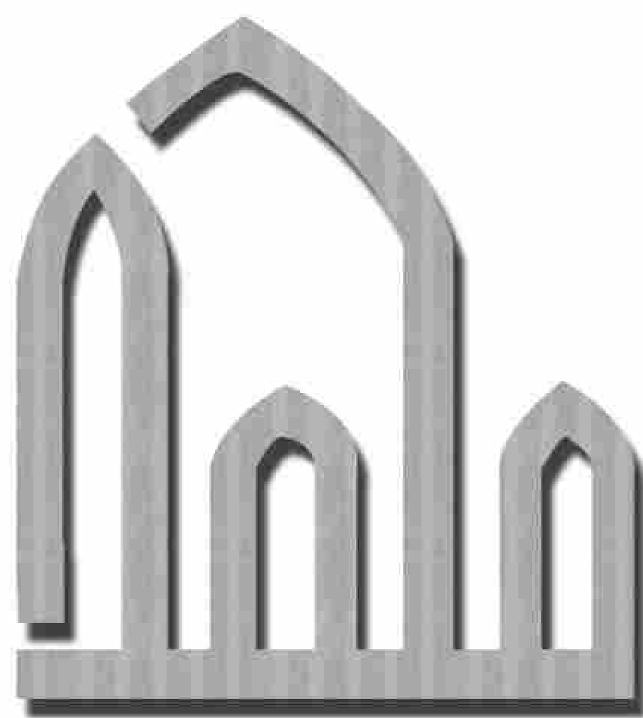
သောလုပ်ငန်းဆောင်တာများ လွယ်ကူစွာ ပြီးမြောက်နိုင်ပေသည်။

၆။ သင်ခန်းစာ စီမံခန့်ခွဲခြင်း (Planning of Lessons)

သင်ခန်းစာမပို့ချမီအလျင် ပို့ချမည့်သင်ခန်းစာကို ကြိုတင်စီစဉ်ခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ ထိုသို့ပြင်ဆင်ထားခြင်းကြောင့် ဆရာသည် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုဖြစ်စေပြီး ကလေးများကို လွယ်ကူစွာ ရှင်းပြ သင်ကြားပေးနိုင်ပေသည်။ ထို့ပြင် နေ့စဉ်သင်ကြားသွားသည့် သင်ခန်းစာအတိုင်းအတာဖြင့်ပင် သတ်မှတ်သင်ရိုးလည်း ကုန်ဆုံးသွားပေမည်။

၇။ ကာယလေ့ကျင့်ခန်း (Exercise)

သွက်လက်တက်ကြွနေစေရန် ဆရာတစ်ယောက်သည် အနည်းငယ် ကာယလေ့ကျင့်ခန်း ပြုလုပ်သင့်ပေသည်။ သာသနာ့ပညာသင်ကျောင်းများ၏ အလုပ်များသည် အများအားဖြင့် ထိုင်ပြီးဆောင်ရွက်ရသည်ဖြစ်ရာ ကိုယ်ခန္ဓာလှုပ်ရှားမှု နည်းပါးပြီး ဦးနှောက်၏ အလုပ်သာများပြားလှသောကြောင့် ဆီး၊ ဝမ်း၊ လေ ချုပ်ခြင်း စသည့် ဝမ်းဗိုက်နှင့်ဆိုင်သော ရောဂါများအပြင် ဒေါသ၊ အာဃာတ၊ မလိုမုန်းတီးမှု အစရှိသည့် စိတ်ရောဂါများ အဖြစ်များလေသည်။ ထို့ကြောင့် လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ပြီး ထိုရောဂါများမှ ရှောင်ကြဉ်နိုင်ပေသည်။



အခန်း(၄)

ကလေးများအတွင်းဖြစ်ပေါ်တတ်သော စိတ်ခံစားချက်များ

ယခုခေတ်သိပ္ပံပညာသည် သတ္တဝါများပင်မက အပင်များသည်လည်း ခံစားတတ်ကြကြောင်း အတည်ပြုထားသည်။ ထိကရုန်းပင်ကို လက်ဖြင့်ထိလိုက်သည်နှင့် ချက်ချင်းညှိုးကျသွားခြင်းသည် မြင်သာသော သာဓကတစ်ခုဖြစ်သည်။ အစ္စလာမ်သာသနာ၏ သွန်သင်ဆုံးမချက်များအရ သတ္တဝါများနှင့် အပင်များတင်မက သက်မဲ့ရုပ်ဝတ္ထုများသည်လည်း ခံစားချက်ရှိကြောင်း ဖော်ပြထားသည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ ၏ ဗလီဝတ်ကျောင်းတော်တွင် ရှိနေခဲ့သော စွံပလွံကိုင်းခြောက်သည် ကိုယ်တော်နှင့် ခွဲခွာရခြင်းကြောင့် ငိုယိုခဲ့ခြင်း၊ (မွတ်စ်နဒ်အဟ်မဒ်ဗ်နှို့ ဟိုမိုင်းဒ်၊ ဟဒီးဆ် ၈၇၃) အဗူဂျဟ်လ်၏ လက်တွင်ကိုင်ဆောင်ထားသော ကျောက်စရစ်ခဲများက ကလိမဟ်ရှဟာဒသ်ဖတ်ခြင်း၊ ကျောက်တုံးများက တမန်တော် မြတ် ﷺ ကို စလာမ်မေတ္တာပို့သခြင်း၊ စသည်တို့သည် ထင်ရှားသော အထောက်အထားများဖြစ်သည်။ အချုပ်ဆိုရသော် ထိုသို့သက်မဲ့များ သည်ပင် ခံစားချက်ရှိကြသည်ဆိုလျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကလေးငယ်များ၏ ခံစားချက်ကို လျစ်လျူရှုကြမည်ဆိုသော် အဘယ်မျှ မတရားရာ ရောက်ပေမည်နည်း။ ထို့ကြောင့် ဤအခန်းတွင် ကလေးများအတွင်း ဖြစ်ပေါ်တတ်သော ခံစားချက်များကို လေ့လာကြမည်။

၁။ စိတ်ကြီးဝင်ခြင်း (Superiorty Complex)

သတိမမူမိဘဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အခြားကလေးများထက် သာမြတ်သည်ဟု ထင်မှတ်ပြီး ၄င်းတို့နှင့် အရောတဝင်နေရမည်ကို မနှစ်မြို့

ခြင်း ကို ဆိုလိုသည်။ ထိုသို့ဖြစ်ခြင်းသည် စိတ်ရောဂါတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ သို့သော် စိတ်အားငယ်ခြင်းထက်စာလျှင် ကာယကံရှင်အဖို့ ဆုံးရှုံးနစ်နာမှု နည်းပေသည်။

၂။ စိတ်အားငယ်ခြင်း (Inferiority Complex)

သတိမမူမိဘဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အခြားကလေးများထက် နိမ့်ကျသည်ဟု ထင်မှတ်နေခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ ထိုသို့သော်ကလေးများသည် မိမိဘဝတိုးတက်ရာတိုးတက်ကြောင်းကို ဘယ်သောအခါမျှ စဉ်းစားလေ့ မရှိကြ။ သေးငယ်သော အမှားများကို ပုံကြီးချဲ့ အဆူပူ၊ အကြိမ်းမောင်းခံခဲ့ရသော ကလေးများတွင် များသောအားဖြင့် ထိုစိတ်ရောဂါမျိုးကို တွေ့ရတတ်သည်။ ထို့အတူ နှိမ်သည့်အားဖြင့် ခေါ်ဝေါ်သည့် (ဥပမာ- ငကြောက်၊ ငတုံး၊ ငပျင်း)စသည့် အသုံးအနှုန်းများဖြင့် အခေါ်ခံခဲ့ကြရသော ကလေးများတွင်လည်း အဖြစ်များလေသည်။

ဟဇရသ် အနတ်စ်ﷺက ပြောပြခဲ့သည်မှာ ‘ကျွန်ုပ်သည် ငယ်စဉ်က ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ ထံတွင် (၁၀)နှစ်တိုင် ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ် ပြုစုခဲ့သည်။ သို့သော် ကိုယ်တော်သည် ကျွန်ုပ်ကို မည်သည့်အခါကမျှ မဆူခဲ့၊ မရိုက်ခဲ့ဖူးပါ။ ထို့အတူ ကျွန်ုပ်လုပ်ခဲ့သည့်အလုပ်နှင့် ပတ်သက်ပြီး ‘မင်းဘာလို့လုပ်လိုက်တာလဲ’ ကျွန်ုပ်မလုပ်ခဲ့သည့်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်ပြီး ‘မင်းဘာလို့မလုပ်တာလဲ’ဟု မမေးခဲ့ဖူးပါ။(မွတ်စ်လင်မ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၆၁၅၁)

ဤအကြောင်းအရာအရ ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ သည် ကလေးများ၏ စိတ်နေသဘောထားကို နားလည်ကျွမ်းကျင်ကြောင်းသိရှိရလေသည်။ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတစ်ဦးအတွင်း စိတ်အားငယ်မှု ဖြစ်

ပေါ်လာစေသည့် အကြောင်းရင်းတစ်ခုမှာ အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကားနှင့် အလှမ်းဝေးသည့် အသိုင်းအဝိုင်းမှ ကလေးတစ်ဦးသည် အင်္ဂလိပ်ကျောင်းတွင် ပညာလာရောက်သင်ယူသောအခါ အင်္ဂလိပ်စကားကို အခြားကလေးများနည်းတူ ကရားရေလွှတ်မပြောနိုင်သလို အင်္ဂလိပ်လို သင်ပေးနေသော သင်ခန်းစာများကိုလည်း နားမလည်သဖြင့် မိမိကိုယ်ကို အရည်အချင်းမရှိသူဟု ထင်မှတ်ကာ စိတ်အားငယ်မှုရောဂါဖြစ်ပေါ်လာတတ်သည်။ ထိုရောဂါသည် မိန်းကလေးများတွင် များသောအားဖြင့် ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။ စိတ်အားငယ်မှုသည် စိတ်ကြီးဝင်ခြင်းထက် ပို၍ဆိုးရွားနစ်နာနိုင်သော်လည်း စိတ်ဓါတ်ညှံ့ဖျင်းခြင်းထက်စာလျှင် တော်သေးသည်ဟု ဆိုရမည်။

၃။ စိတ်ဓါတ်ညှံ့ဖျင်းခြင်း (Coarsety Complex)

ကလေး၏စိတ်တွင်း ညှံ့ဖျင်းသည့်အတွေးအခေါ်များ ရှိနေခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို လူဆိုးတစ်ယောက်ဟု ခံယူထားခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ ထိုကလေး၏ စိတ်ဓါတ်သည် ခိုးဝှက်ခြင်း၊ ခိုက်ရန်ဖြစ်ပွားခြင်း၊ အခြားသူများကို လှောင်ပြောင်ခြင်း၊ မိန်းကလေးများကို စ'နောက်ခြင်းစသည့် မကောင်းမှုများဘက်သို့ ယိမ်းညွှတ်နေသည်။ ထိုသို့ ကလေးမျိုးသည် မိဘများနှင့် ဆရာသမားများအား မိမိကို အကျိုးပြုနေသူများဟု မမြင်နိုင်ဘဲ ရန်သူများဟုသာ မြင်တတ်ကြသည်။ ဤစိတ်ရောဂါမျိုးသည် များသောအားဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်အသိုင်းအဝိုင်းပေါ်တွင် များစွာမူတည်နေပေသည်။ သို့မဟုတ် ကလေး၏ လိုအင်ဆန္ဒများကို ရိုက်ချိုးခံရခြင်း၊ အမြဲပြင်းထန်စွာ ရိုက်နှက်အပြစ်ပေးခံရခြင်း၊ ဝေါက်ငန်းကြိမ်း

မောင်းခံရခြင်းတို့ကြောင့် အုပ်ထိန်းသူများကို ဆန့်ကျင်ပြီး စိတ်ထွက်ပေါက်ရှာတော့သည်။ ထို့နောက် မိမိ၏ လိုအပ်ချက်များကို မိဘများထံ မတင်ပြတော့ဘဲ ကိုယ်တိုင်ဖြေရှင်းရန်ကြိုးစားရင်း ငွေလိုလျှင် အိမ်မှဖြစ်စေ၊ အခြားနေရာမှဖြစ်စေ ခိုးဝှက်လိုက်သည်။ သို့မဟုတ် လောင်းကစားလုပ်ပြီး ငွေရှာသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ နေအိမ်မှထွက်ပြေးသည်။ ဘူတာရုံများတွင် တွေ့ရတတ်သော လေလွင့်နေသည့် လူငယ်လေးများသည် များသောအားဖြင့် ဤရောဂါရှင်များပင်ဖြစ်ပေသည်။ ဤသို့သော ရောဂါမျိုးသည် မိန်းကလေးများထက် ယောကျ်ားလေးများတွင် အဖြစ်များသည်။ ထို့အတူ ဆုံးရှုံးနစ်နာမှုအများဆုံး ရောဂါလည်းဖြစ်ပေသည်။ ထိုစိတ်ရောဂါမှ ဆင့်ပွားခွဲထွက်လာသော ရောဂါတစ်မျိုးလည်းရှိသေးသည်။ ထိုရောဂါကို ကြောက်စိတ်လွန်ကဲသည့်ရောဂါ (Fear Complex) ဟု ခေါ်သည်။

၄။ သင့်တင့်မျှတသောစိတ်ရှိခြင်း (Equality Complex)

ထိုစိတ်မျိုးဖြစ်ပေါ်လာအောင် မွေးမြူရသော စိတ်ဓါတ်မျိုးဖြစ်သည်။ ထိုစိတ်ဓါတ်သည် ရောဂါမဟုတ်ပါ။ အရည်အချင်းကောင်းတစ်ခုသာဖြစ်ပေသည်။ ထို့အတူ အစ္စလာမ်သာသနာတော်က ပြဋ္ဌာန်းထားသော ဂျမာအသ်ဖြင့် နမားဇ်ဝတ်ပြုခြင်းသည် သင့်တင့်မျှတသောစိတ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ သခင်နှင့် ကျွန် မခွဲခြားဘဲ နမားဇ်ဝတ်ပြုသည့်အခါ တစ်ပြေးညီရပ်ကြရသည်။

မဟ်မူးဒ်(ဘုရင်)နှင့် အေယားဇ်(ကျွန်)သည် နမားဇ်ဝတ်ပြုသည့်
အခါ ခွဲခြားမှုမရှိဘဲ တစ်တန်းတည်းရပ်ကြသည်။

ဂျို့မိုဖ်အဟ်နမားဇ်တွင် မြို့သားနှင့် တောသား မခွဲခြားဘဲ အတန်း တစ်ခုတည်းတွင် တန်းတူဖြစ်စေလိုက်သလို အီးဒ်နမားဇ်တွင်လည်း သူဌေး၊ လူမွဲမခွဲခြားဘဲ အတူတကွရပ်စေလိုက်သည်။ ထို့အတူ ဟဂ်ျပြု ရာတွင်လည်း နိုင်ငံအသီးသီးရှိ လူမျိုးစုအသီးသီးကို ဝတ်ရုံတစ်မျိုး တည်း၊ ကွင်းပြင်တစ်ခုတည်းတွင် စုရုံးစေကာ သင့်တင့်မျှတစိတ်မျိုးကို သင်ကြားပေးထားသည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ မိန့်တော်မူသည်မှာ

لَافَضْلَ لِعَرَبِيٍّ عَلٰى عَجَمِيٍّ وَلَا لِعَجَمِيٍّ عَلٰى عَرَبِيٍّ وَلَا لِأَحُمَرَ عَلٰى أَسُوَدَ وَلَا لِأَسُوَدَ عَلٰى أَحُمَرَ إِلَّا بِالتَّقُوٰى، إِنَّ أَكُرَمَكُمُ عِنُدَ اللّٰهِ أَتُقَاكُمُ.

'အရဗ်လူမျိုးသည် လူမျိုးခြားများထက်မမြတ်သလို၊ လူမျိုးခြားများသည် လည်း အရဗ်လူမျိုးထက်သာမြတ်ခြင်းမရှိ၊ ထို့အတူ လူမည်းသည်လည်း လူနီထက် မသာမြတ်သလို၊ လူနီသည်လည်း လူမည်းထက် သာမြတ် ခြင်းမရှိ။ မုချကေန် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်ထံတော်တွင် အသင်တို့အနက် အမွန်မြတ်ဆုံးသူသည် သက္ကဝါ(ရှောင်ကြဉ်ခြင်းတရား) အရှိဆုံးသူဖြစ် သည်။' (ရှုအဗ္ဗလ်အီမာန်ကျမ်း၊ ၅၁၃၇)

လင်းယုန်တို့၏ စိတ်ဝိညာဉ်များသည် လူငယ်များအတွင်း နိုးကြားလာသည့်အခါ ၎င်းတို့၏ ပန်းတိုင်များကို အာကာယံတွင်သာ တွေ့မြင်ကြတော့သည်။

ကလေးများအတွင်း သင့်တင့်မျှတသည့်စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် သူ့ ထက်ငါ အပြိုင်ကြိုးစားလိုစိတ်များ ပေါက်ဖွားလာမည်။ သို့ဖြင့်ကျောင်း ၏ ပညာရေးသည် မြင့်မားလာပေမည်။ သင့်တင့်မျှတသည့်စိတ်မွေးမြူ ပေးရာတွင် အထူးဂရုပြုဆောင်ရွက်ရမည့်အချက်များမှာ. . .

၁။ တူညီဝတ်စုံ (Uniform)

အဝတ်အစားကွဲပြားမှုသည် ကလေးများကိုမဆိုထားနှင့် လူကြီးများ၏စိတ်ကိုပင် များစွာသက်ရောက်ပေသည်။ တူညီဝတ်စုံကိုအလေးမထားသည့် ကျောင်းများ၌ အဝတ်အစားကောင်းသည့် ကလေးများတွင် စိတ်ကြီးဝင်တတ်ပြီး အဝတ်အစားနွမ်းပါးသည့် ကလေးငယ်များတွင် စိတ်အားငယ်မှု ဖြစ်ပေါ်လွယ်ပေသည်။ ကလေးများအကြား သင့်တင့်မျှတသည့်စိတ်ဖြစ်ပေါ်စေရန် ကျောင်းများတွင် Uniform များ သတ်မှတ်ပြဋ္ဌာန်းကာ အထူးကြပ်မတ်နေခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

၂။ ဆရာ၏ အာရုံစိုက်မှု (Teacher's Concentration)

ဆရာသည် ဉာဏ်ရည်ထက်မြက်သည့် အချို့ကလေးများအပေါ် အာရုံပိုစိုက်မိလျှင် အခြားကလေးများသည် စိတ်အားငယ်တတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာသည် ကလေးအချို့အပေါ် မိမိ၏အာရုံပိုစိုက်မှုကို လုံးဝမပေါ်လွင်စေဘဲ ကလေးတစ်ယောက်တိုင်းအပေါ် တန်းတူအာရုံစိုက်သင့်ပေသည်။

၃။ မကောင်းသည့်အခေါ်အဝေါ် (Bad Titles)

အချို့ဆရာများသည် အချို့ကလေးများကိုမကောင်းသည့်အခေါ်အဝေါ်များဖြင့် ခေါ်ဝေါ်တတ်ကြသည်။ ဥပမာ- ငတုံး၊ ငအ၊ ငဖျင်း စသည့်အခေါ်အဝေါ်များသည် ကလေးများအတွင်း စိတ်အားငယ်မှုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ အကြောင်းမှာ ၎င်းတို့သည် ထိုအခေါ်အဝေါ်များနှင့် ကိုက်ညီသူများဟု ထင်မှတ်သွားသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် မကောင်းသည့် အခေါ်အဝေါ်များကို အထူးရှောင်ကြဉ်သင့်ပေသည်။

ကုရ်အာန်ကျမ်းတော်မြတ်တွင် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်မိန့်တော်မူသည်မှာ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ. 'ထိုမှတစ်ပါး အသင်တို့သည် မိမိတို့အချင်းချင်း သရော်သမှုပြုကြသော အမည်နာမများဖြင့်လည်း မှည့်ခေါ်ခြင်းမပြုကြကုန်နှင့်။' (စူရာဟ်ဟုဂျုရာတ်၊ အာယတ် ၁၁)

၄။ တရားမျှတခြင်း (Justice)

စာမေးပွဲများတွင် အမှတ်ပေးရာ၌ဖြစ်စေ၊ နှစ်ပတ်လည်ဆုပေးပွဲတွင် ဆုပေးရာ၌ဖြစ်စေ၊ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူအချို့အပေါ် ထောက်ထားပေးခြင်းများမပြုဘဲ မျှတစွာဖြင့် ကလေးများ၏ ပင်ကိုယ်အရည်အချင်းအလိုက် ဆုံးဖြတ်ပေးရမည်။

၅။ အားပေးခြင်း (Encouragement)

စိတ်အားငယ်တတ်သည့်ကလေးကို လွယ်ကူစွာကုသနည်းမှာ ၎င်း၏ အသေးအဖွဲ လုပ်ဆောင်ချက်လေးများကိုပင် ချီးကျူးစကားဆိုပေးခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်၎င်းတွင် တက်ကြွမှုဖြစ်ပေါ်လာပြီး စိတ်အားငယ်မှုများ ပပျောက်သွားပေမည်။

အားပေးမှုကြောင့် ကောင်းကင်ပေါ်ပျံသန်းရလင့်ကစား မောပန်းမည်မဟုတ်။ ထို့ပြင် ကျရှုံးမည်ကိုလည်း စိုးရိမ်တော့မည်မဟုတ်ပေ။

တစ်ကြိမ်တွင် ဆွဟာဗဟ်တစ်ပါးသည် ဗလီထဲသို့ဝင်လာသောအခါ ဂျမာအသ်ရပ်နေသည်ကို တွေ့မြင်ရသည်။ လူတို့သည် ရုကူအ်ပင်ပြုနေကြပြီဖြစ်သည်။ ထိုအခါ ဆွဟာဗဟ်သည် ချက်ချင်းပင်နိယသ်ပြုပြီး ရုကူအ်ပြုလုပ်လိုက်သည်။ ထိုရုကူအ်အခြေအနေဖြင့်ပင် တဖြည်း

ဖြည်း နမားဇ်၏ဆွဖ်လိုင်းတွင်းသို့ လာရောက်ပါဝင်လိုက်သည်။ နမားဇ် ပြီးဆုံးသွားသောအခါ ထိုဆွဟာဗဟ်သည် တမန်တော်မြတ် ﷺ ထံသို့ လာရောက်အခစားဝင်ပြီး အကြောင်းချင်းရာကို တင်ပြရာ ဦးစွာ ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ သည် ၎င်းကို အားပေးတော်မူခဲ့သည်မှာ. . . زَادَكَ اللّٰهُ حِرُصًا အလ္လာဟ်အရှင်မြတ် အသင့်ကို စိတ်အားထက်သန်မှု သာပို၍ ချီးမြှင့်တော်မူပါစေ။ لَاتَعُدُ အသင်ထိုကဲ့သို့လုပ်ရပ်မျိုး နောက် ထပ်မလုပ်ပါနှင့်တော့။' (မိုအဿဿွာအေမာမ်မုဟမ္မဒ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၂၈၅)

ဖော်ပြပါဟဒီးဆ်တော်မှ ကျွန်ုပ်တို့သင်ခန်းစာယူနိုင်သည်မှာ. .

၁။ ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ ကျင့်သုံးပြခဲ့သည့်အတိုင်း ကျောင်းသားများ၏ ချွတ်ချော်မှုကို ချက်ချင်းလက်ငင်း တားမြစ်ခြင်း မပြုသင့်ပါ။

၂။ ဦးစွာ ၎င်း၏ဆောင်ရွက်ချက်ကို အားပေးရမည်။ ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ သည် ဆွဟာဗဟ်ကို ဦးစွာ ဒိုအာတောင်းခံပေးခြင်းဖြင့် အားပေး တော်မူခဲ့သည်။

၃။ ထို့နောက်တွင်မှ ကိုယ်တော်မြတ် ﷺ သွန်သင်ပြသတော်မူသည့် အတိုင်း ၎င်း၏ ချွတ်ချော်မှုကို ပြုပြင်ပေးရမည်။ သွန်သင်ပေးရာတွင် ကိုယ်တော်သည် 'ဒီလိုမလုပ်ရဘူး' ဟု မိန့်တော်မမူခဲ့ပေ။ 'နောက်ထပ် မလုပ်ပါနှင့်တော့' ဟုသာ မိန့်တော်မူခဲ့သည်။ (မေစာလီအွတ်စ်သားဇ်၊ ၃၆၄)

အသင်တို့ တုတ်ဖြင့်ရိုက်နှက်ပြီးအပြစ်မပေးပါနှင့်။
ကလေးများကို အားပေးစကားသာပြောကြားပါလေ။

အခန်း(၅)

အာရုံစိုက်ခြင်း

အာရုံစိုက်ခြင်းဟူသည် အရာတစ်ခုခုအပေါ်တွင် အာရုံစူးစိုက်ရသော ဦးနှောက်၏လုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုဖြစ်သည်။ အာရုံစိုက်မှုတွင် လုပ်ဆောင်ချက် (၃)ခုရှိသည်။

၁။ စိတ်ခံစားချက် ၂။ အသိ ၃။ ရည်ရွယ်ချက်။

၁။ စိတ်ခံစားချက်။ လူသားတစ်ဦးသည် တစ်စုံတစ်ရာကို ခံစားရခြင်းဖြစ်သည်။ ဥပမာ- မိမိနောက်မှ လူတစ်ယောက်လိုက်လာသည်။ ဟူသော ခံစားချက်မျိုး။

၂။ အသိ။ ပြီးနောက် ထိုလူသည်မည်သူမည်ဝါဖြစ်သည်ကို သိရှိခြင်း၊ (သို့မဟုတ်) မိမိနှင့် သိကျွမ်းသူလော၊ လူစိမ်းလောဟု ခွဲခြားသိရှိခြင်း။ ထိုအသိကို အကောင်အထည်မဖော်ရသေးသည့်အဆင့်။

၃။ ရည်ရွယ်ချက်။ ထိုသူသည် မိမိနှင့်သိကျွမ်းသူ၊(သို့မဟုတ်) လူစိမ်းဖြစ်ကြောင်း သိရှိသွားပြီးသည့်နောက်တွင် ၎င်းဘက်သို့ ရည်ရွယ်၍ ဂရုပြုမိခြင်း။ ထိုအချက်(၃)ချက်ပေါင်းပြီး အာရုံစိုက်ခြင်းဖြစ်ပေါ်လာသည်။

အာရုံစိုက်ခြင်း၏ အမျိုးအစားများ

အာရုံစိုက်ခြင်းနှစ်မျိုးရှိသည်။

၁။ အမှတ်တမဲ့အာရုံစိုက်မှု ၂။ အမှတ်တရအာရုံစိုက်မှု

၁။ အမှတ်တမဲ့အာရုံစိုက်မှု။ ဤသည်ယေဘုယျအားဖြင့် အာရုံစိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဥပမာ- လမ်းလျှောက်သွားရင်း အခြားလူများကို တွေ့မြင်ရသည်။ ပြီးနောက် ခဏအကြာတွင် မေ့ပျောက်သွားသည်။ အလွန်ငယ်ရွယ်သော ကလေးများတွင် ထိုအာရုံစိုက်မှုမျိုးသည် အများဆုံးဖြစ်သည်။ ထိုကလေးငယ်များသည် ဖော်ပြပါအာရုံစိုက်မှုမျိုး အပြင် သီးခြားလေးနက်သော အာရုံစိုက်မှုပြုလျှင် ၄င်း၏ဉာဏ်ရည်ပေါ်တွင် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်နိုင်သည်။ အကြောင်းမှာ ငယ်ရွယ်လွန်းသော ကလေးငယ်များအား စာပေသင်ယူခြင်း၏ ဝန်ကို ထမ်းရွက်ခိုင်းခြင်းသည် ဗီဇနှင့် ဆန့်ကျင်နေသောကြောင့်ပင်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျောင်းများတွင် ယေဘုယျအားဖြင့် အသက်(၅)နှစ်ကျော်မှ ကျောင်းအပ်လက်ခံလေ့ရှိသည်။ ဟဒီးဆ်တော်တွင် အသက်(၇)နှစ်အရွယ်မှ စည်းကမ်းသေဝပ်မှုကို သင်ပေးရန် လမ်းညွှန်ထားပေသည်။ ဟဇရသ် ရှိုင်းခ်မောင်လာနာ ဇကရိယာ ၏ဖခင်သည် ဆရာကြီးအား အသက် (၅) နှစ်ကျော်(၆)နှစ်ရောက်သည့်တိုင် ကျောင်းမအပ်သေးသဖြင့် အဘွားဖြစ်သူက ဖခင်အား 'ဟဲ့-ယဟ်ယာ၊ (ငါ့မြေး)ဇကရိယာက ဒီအသက်အရွယ်တောင်ရောက်နေပြီ။ ဘယ်အရွယ်ကျမှ ပညာသင်ပေးမှာတုန်း'ဟု မေးမြန်းခဲ့ရာ မောင်လာနာ ယဟ်ယာ က 'သူ့ကို ပညာစသင်ပေးတဲ့အခါ ကောင်းကောင်းဖတ်ပါလိမ့်မယ်'ဟုသာ ဖြေကြားခဲ့သည်။ အသက်(၇)နှစ် ရောက်သောအခါ ဟဇရသ်မောင်လာနာ ဇကရိယာ ကိုစတင်ပြီး ပညာသင်ကြားပေးလေသည်။ ယနေ့ခေတ်တွင် အချို့အင်္ဂလိပ်ကျောင်းများ၊ သင်တန်းများတွင် သုံးနှစ်အရွယ်ရှိ

ကလေးငယ်များကို ကျောင်းထားကြသည်မှာ ဂုဏ်ယူစရာ ဖက်ရှင်တစ်ခုဖြစ်နေတော့သည်။ စင်စစ်မှာ ထိုကိစ္စသည် သဘာဝနှင့်ဆန့်ကျင်ပြီး ကလေးများ၏ လွတ်လပ်မှုကို လုယူနေခြင်းဖြစ်သည်။ ငယ်စဉ်ဘဝမှာပင် အတွေးအခေါ်ကျွန်ပြုခံကြရပြီး ဦးဆောင်နိုင်သည့် အရည်အချင်းများ တိမ်မြုပ်သွားတော့သည်။

တမန်တော်မြတ် ﷺ မိန့်တော်မူသည်မှာ'ကလေးများ (၇) နှစ်အရွယ်ရောက်သောအခါ နမားဇ်ဝတ်ပြုရန်အမိန့်ပေးကြပါ။' ပညာရှင်များက ဖော်ပြပါဟဒီးဆ်တော်နှင့်ပတ်သက်ပြီး မိန့်ကြသည်မှာ 'နမားဇ်၏ အမိန့်ပေးခိုင်းခြင်းသည် နမားဇ်ဖတ်နည်းသင်ကြားပေးပြီးမှသာဖြစ်နိုင်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် (၇)နှစ်မတိုင်မီ နမားဇ်ဖတ်နည်းသင်ကြားပေးရမည်။ ဆိုလိုသည်မှာ (၅)နှစ်၊ (၆)နှစ်အရွယ်ခန့်တွင် ကလေးငယ်များကို ပညာစတင်သင်ကြားပေးသင့်ပေသည်။'(အဗူဒါဝူးဒ်ကျမ်း၊ ၄၉၅)

၂။ **အမှတ်တရအာရုံစိုက်မှု**။ ဤသည် ထူးခြားစွာအာရုံစိုက်ခြင်းမျိုးဖြစ်သည်။ ဥပမာ- လူတစ်ယောက်သည် လမ်းလျှောက်နေစဉ် အဖြစ်အပျက်တစ်ခုကို တွေ့မြင်ရသည်။ ထိုအခါ ယင်းအဖြစ်အပျက်အား စိတ်ဝင်တစား အာရုံစိုက်ကာ ကြည့်ရှုသည်။ ထိုအဖြစ်အပျက်သည် ၎င်း၏ အတွေးထဲတွင် နေရာယူသွားခဲ့သည်။ တစ်နေ့တာလုံး ထိုမြင်ကွင်းကိုမြင်ယောင်နေသည့်အပြင် အခြားသူများကိုလည်း အခွင့်အခါသင့်တိုင်း ပြန်လည်ပြောပြဖြစ်ပြီး နှစ်ရှည်လများတိုင် မှတ်မိနေသည့် အာရုံမျိုးဖြစ်သည်။

အမှတ်တရအာရုံစိုက်မှု (၃)မျိုးရှိသည်။

က။ ရည်ရွယ်ချက်မဲ့အာရုံစိုက်မှု

ခ။ ရည်ရွယ်၍အာရုံစိုက်မှု

ဂ။ အလိုအလျောက်အာရုံစိုက်မှု

က။ ရည်ရွယ်ချက်မဲ့ အာရုံစိုက်မှု။ ပြင်ပသက်ရောက်မှုများကြောင့် ရုတ်တရက်အာရုံပြုမိသွားခြင်းကိုခေါ်သည်။ ထိုသို့အာရုံပြုမိရာတွင် ရည်ရွယ်ချက်မပါရှိပေ။ ဥပမာ- မိမိအနီးတွင်ဖြစ်သော (Accident) မတော်တဆမှုတစ်ခုကို ရုတ်တရက်အာရုံပြုမိသွားခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ၏ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုကို ကြည့်ပြီး ၎င်းတို့ဘက်သို့ အာရုံပြုမိသွားခြင်း၊ ကလေးများက စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသော ကစားစရာ(သို့)အရောင်အသွေး တစ်စုံတစ်ရာကို အာရုံပြုမိခြင်း၊ စသည်တို့ဖြစ်ကြသည်။ ထိုသို့အာရုံစိုက်မှုမျိုးကို ကလေးများတွင် အများဆုံးတွေ့ရသည်။

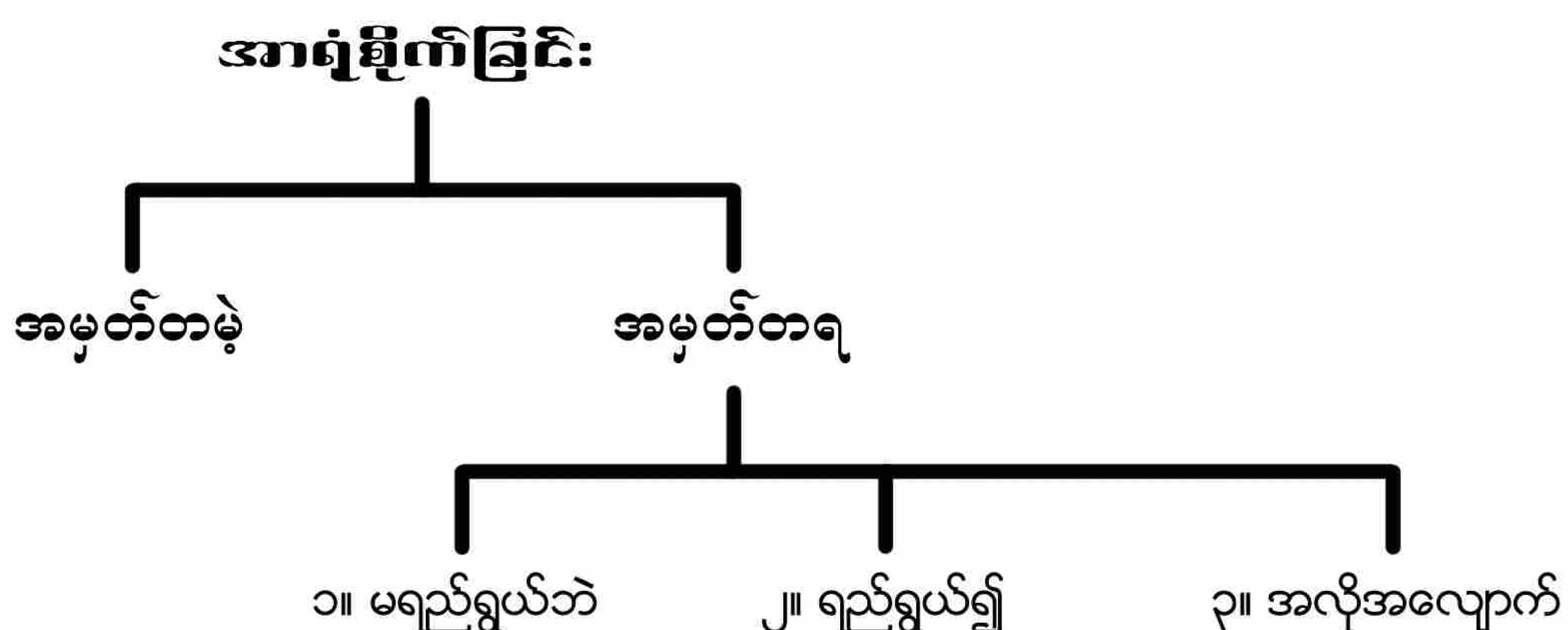
ကျွမ်းကျင်သည့်ဆရာသည် ကလေးများ၏အာရုံကို မိမိဘက်သို့ ရောက်စေရန်အတွက် စိတ်ဝင်စားစရာများ၊ ရုပ်ပုံများကို အသုံးပြုပြီး စာသင်ပေးလေ့ရှိသည်။ ဥပမာ- ပထဝီဘာသာရပ်ကိုသင်ကြားပေးချိန်တွင် မြေပုံများကို အသုံးပြုခြင်း၊ သင်ပုန်းပေါ်တွင်ရေးပြခြင်း စသည်များဖြစ်သည်။ ဆရာတစ်ဦးသည် သင်ခန်းစာတစ်ခုကို သင်ကြားပို့ချနေစဉ် သင်ပုန်းကို အသုံးပြုလျှင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ အာရုံကို အလွယ်တကူ မိမိဘက်သို့ ဆွဲယူနိုင်သည်။

ခ။ **ရည်ရွယ်၍ အာရုံစိုက်မှု။** အတွင်းရှိ ပင်ကိုယ်စိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော အာရုံစိုက်မှုမျိုးဖြစ်သည်။ ဤအာရုံစိုက်မှုတွင် ရည်ရွယ်ချက်ပါဝင်သည်။ ဥပမာ- လေ့လာဖတ်ရှုရန် စာအုပ်စာပေရှာဖွေခြင်း၊ (သို့မဟုတ်)အမှတ်တမဲ့ စာအုပ်တစ်အုပ်ကို တွေ့မြင်ပြီး ဖတ်ရှုလေ့လာလိုစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ယင်းဆန္ဒကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် ထိုစာအုပ်ကို ကောက်ယူဖတ်ရှုခြင်း၊ ထိုသို့ စာအုပ်ဖတ်ရှုလိုက်ခြင်းသည် ရည်ရွယ်၍အာရုံစိုက်ခြင်း၏ ရလဒ်ပင်ဖြစ်သည်။ ဤကဲ့သို့ အာရုံစိုက်မှုမျိုးကို ကလေးများထက် လူကြီးများတွင် ပိုမိုတွေ့ရတတ်ပေသည်။ အဆင့်မြင့်ပညာရေးစနစ်များတွင် ဤအာရုံစိုက်မှုမျိုးကို များစွာ အသုံးပြုရသည်။

ဂ။ **အလိုအလျောက် အာရုံစိုက်မှု။** ဤအာရုံစိုက်မှုမျိုးကို အထူးကြိုးစားထားသည့် ကျွမ်းကျင်သူများ၌သာ တွေ့ရတတ်သည်။ လူတစ်ဦးသည် အထက်တွင် တင်ပြခဲ့သော ရည်ရွယ်၍အာရုံပြုခြင်းမျိုးဖြင့် အလုပ်တစ်ခုကို စွဲမြဲစွာပြုလုပ်ရင်း တဖြည်းဖြည်းနှင့် ၎င်း၏ဦးနှောက်ထဲတွင် ဤအာရုံမွေးဖွားလာခဲ့သည်။ ထို့နောက် ၎င်းသည် အချိန်တိုင်းတွင် ထိုအလုပ်ဘက်သို့သာ အမြဲတမ်း အာရုံရောက်နေတော့သည်။ ခရီး၌ဖြစ်စေ၊ အိမ်၌ဖြစ်စေ၊ အစာစားနေချိန်တွင်ဖြစ်စေ၊ ဈေးသို့သွားကာ အရောင်းအဝယ်လုပ်နေချိန်တွင်ဖြစ်စေ ဦးနှောက်၏အကန့်တစ်ခုသည် ထိုကိစ္စဘက်သို့အမြဲတမ်းအာရုံပြုနေတော့သည်။ ဒရိုင်ဗာများသည် ကားမောင်း စတင်သင်ကြားသည့်အချိန်တွင် ဦးစွာ ရည်ရွယ်၍ပြုသောအာရုံကို အသုံးပြုရသည်။ သို့သော် နောက်ပိုင်းတွင်မူ ကား

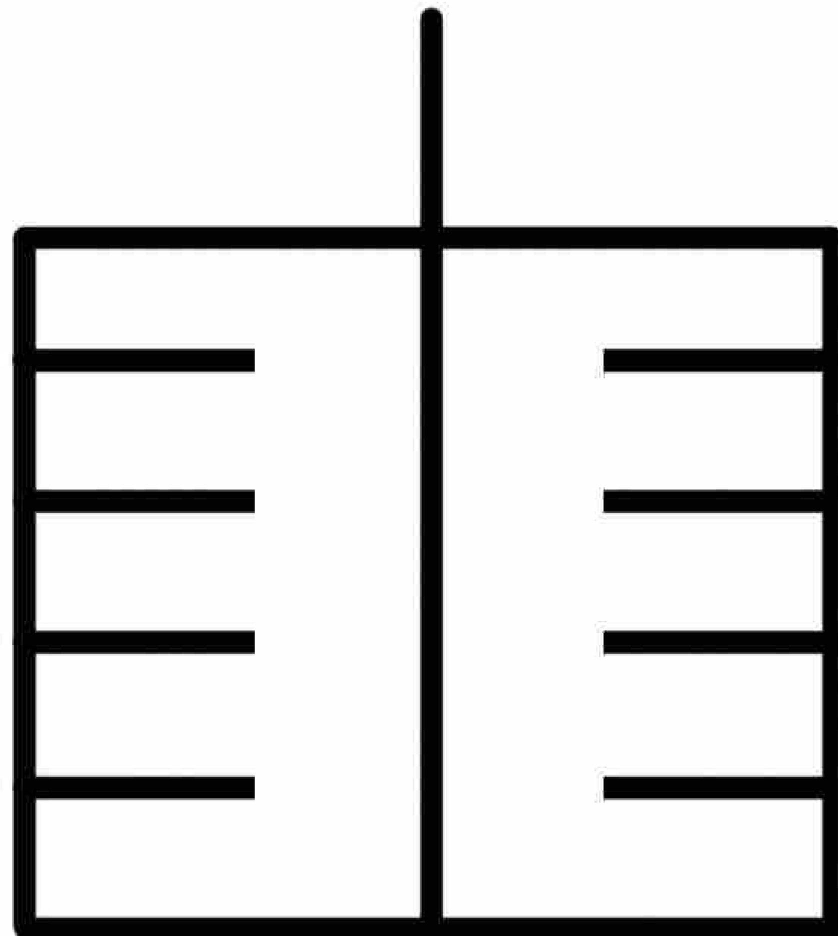
မောင်းရာတွင် အလိုအလျောက်အာရုံစိုက်မှုကိုသာ အသုံးပြုတော့သည်။ ထိုအချိန်တွင် မိမိ၏ဘေးတွင် လိုက်ပါလာသူနှင့်လည်းကောင်း၊ (သို့) ဖုန်းဖြင့် မိမိမိတ်ဆွေ၊ အိမ်သားများနှင့်လည်းကောင်းစကားစမြည်ပြောဆိုရင်း ဘရိတ်နင်းရမည့်အချိန် ဘရိတ်အပေါ် ၎င်း၏ခြေထောက်သည် အလိုအလျောက်နင်းပြီးသားဖြစ်သွားသလို ဂီယာချိန်းရမည့်အချိန် အလိုအလျောက်ချိန်းပြီးသား ဖြစ်သွားတော့သည်။ ဖော်ပြပါအချက်များသည် အလိုအလျောက်အာရုံစိုက်မှုပင် ဖြစ်တော့သည်။

အမှတ်တရအာရုံတစ်ခုသည် အကျင့်ဖြစ်သွားသောအခါ အလိုအလျောက်အာရုံတစ်ခုဖြစ်လာခဲ့သည်။ သုသေသီ၊ ကဝိ၊ ကျမ်းပြုရှင်၊ ဒရိုင်ဘာ၊ ပိုင်းလော့ စသည့်လူများသည် အလိုအလျောက်အာရုံပြုမှုကို အဓိကအသုံးပြုသူများဖြစ်ကြလေသည်။



သင်ပုန်းအသုံးပြုခြင်း

ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ အာရုံအပြည့်အဝစိုက်လာစေရန် သင်ပုန်းကို အသုံးပြုရပေသည်။ ဆရာသည် သင်ပုန်းပေါ်တွင် သင်ခန်းစာကို ရေးသားနေစဉ် ကျောင်းသားများသည် 'ဆရာ မည်သည့်အရာကို ရေးသားနေကြောင်း' စူးစမ်းကြသည်။ သို့ဖြင့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ အာရုံသည် သင်ပုန်းပေါ်သို့ ရောက်လာခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးသားပြီး ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို သင်ကြားပေးခြင်းသည် သင်ခန်းစာကို လွယ်ကူစွာ နားလည်မှတ်မိစေသည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ သည် ဆွဟာဗဟ်များ လွယ်ကူစွာနားလည်စေရန်အတွက် မြေပြင်အား သင်ပုန်းအဖြစ် အသုံးပြုတော်မူခဲ့သည်။ (ရှို့အဗ္ဗလ်အီမာန်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၁၀၂၅၅)



ဤသို့ Graph မျဉ်းများကို ရေးဆွဲပြတော်မူပြီး သေခြင်းတရားနှင့် လောကစံများအကြောင်း၊ လူသား၏ မျှော်လင့်ချက်များ ရှည်လျားလှကြောင်း ရှင်းပြခဲ့သည်။ ကျွမ်းကျင်သည့် ဆရာတစ်ဦးသည်သင်ကြားရာတွင် သင်ပုန်းအား ကောင်းစွာ အသုံးပြုလေသည်။

အခန်း(၆)

ဒေါက်ငန်း၊ ရိုက်နှက်ဆုံးမခြင်း၏ ဆိုးကျိုးများ

ဆရာသည် မိမိစိတ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်ရမည်။တမန်တော်မြတ် ﷺ ကို အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် လူသားများအား ပဲ့ပြင်ပျိုးထောင်ရန် စေလွှတ်တော်မူခဲ့သည်။ ထို့နောက် မိန့်တော်မူသည်မှာ. . .

﴿فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنتَ لَهُمْ، وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ ، فَاعْفُ عَنْهُمْ﴾

'တဖန်(အို-နဗီတမန်တော်)အသင်သည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ ကရုဏာတော်ကြောင့်သာလျှင် ထိုသူတို့နှင့် နူးညံ့(စွာ ဆက်ဆံ)ခဲ့လေပြီ။ အကယ်၍သာ အသင်သည် ကြမ်းတမ်းသောသူ၊ (လူမှုဆက်ဆံရေး၌) စိတ်သဘော ခက်ထန်ကြမ်းကြုတ်သောသူတစ်ဦးဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် ၎င်းတို့သည် အသင့်အနီးမှထွက်ပြေးကုန်ကြမည်မှာ မလွဲတည်း။ သို့ဖြစ်ရကား အသင်သည် ထိုသူတို့(၏ချွတ်ယွင်းမှုများ)ကို ခွင့်လွှတ်ပါလေ။'

(စူရဟ်အားလေ့အိမ်ရာန်၊ အာယသ် ၁၅၉)

ဖော်ပြပါအာယသ်တော်မှ သိရှိရသည်မှာ ပညာရေးနှင့် ပြုစုပျိုးထောင်ရေးလုပ်ငန်းများတွင် ဒေါက်ငန်းခြင်း၊ စကားပြောကြမ်းတမ်းခြင်း စသည့်စနစ်များ အသုံးပြု၍ ဆုံးမလျှင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် ပို၍ ဝေးကွာသွားကြပေမည်။

عَنْ عَمَّارِبْنِ يَاسِرٍ رضي الله عنه قَالَ: قَالَ لِي رَسُولُ اللّٰهِ ﷺ : مَنْ ضَرَبَ مَمْلُوكَهُ ظُلْمًا أُقِيدَ مِنْهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ.

ဟဇရသ် အမ္မားရ်ဘင်န်ယာစစ်ရ် ﷺ ကဆင့်ပြန်ခဲ့သည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ မိန့်တော်မူခဲ့သည်မှာ 'မည်သူမဆို မိမိ၏ လက်အောက်ခံကို မတရားသဖြင့် ရိုက်နှက်ခဲ့လျှင် ကိယာမသ်နေ့တွင် ထိုသူအား လက်စားတုံ့ပြန်ပေးခြင်းခံရမည်။' (သွဗ်ရာနီကျမ်းနှင့် အသ်သရ်ဂီးဗ်ဝသ်သရ်ဟီးဗ်ကျမ်း)

عَنْ أَبِى هُرَيْرَةَ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُوْلُ اللّٰهِ ﷺ : مَنْ ضَرَبَ سَوْطًا ظُلْمًا أُقْتُصَّ مِنْهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ.

ဟဇရသ် အဗူဟိုရိုင်ရဟ် ﷺ ဆင့်ပြန်ခဲ့သည်။ တမန်တော်မြတ် ﷺ မိန့်တော်မူခဲ့သည်မှာ 'မည်သူမဆို မတရားသဖြင့် တစ်ချက်ပင်ဖြစ်လင့်ကစား ရိုက်နှက်ခဲ့လျှင် ကိယာမသ်နေ့တွင် ၎င်းသူအား ပြန်လည်ရိုက်နှက်ခြင်းခံရမည်။' (သွဗ်ရာနီကျမ်းနှင့် မို့အ်ဂျမ်ကဗီးရ်ကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၄၀၃)

ဟဇရသ်အုမရ် ﷺ သည် မိမိ၏ဘုရင်ခံတစ်ဦးဖြစ်သူ ဟဇရသ်အဗူမူစာ အရှ်အရီ ﷺ ထံသို့ ပေးပို့ခဲ့သော သဝဏ်လွှာတွင် ရေးသားပါရှိသည်မှာ. . . إِيَّاكَ وَالْغَضَبَ وَالْقَلَقَ وَالضَّجَرَ 'အသင်သည် ဒေါသထွက်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ စိတ်ငြီးငွေ့ပြီးမတည်ငြိမ်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ဝေါက်ငန်းဆူပူခြင်းကိုလည်းကောင်း ရှောင်ကြဉ်ပါလေ။'

(ဗိုင်ဟကီ၏ စို့နနေ့ကွဗ်ရာကျမ်း၊ ဟဒီးဆ် ၂၀၃၂၄)

အုပ်ချုပ်သူတစ်ဦးအဖို့ ဝေါက်ငန်းခြင်း၊ ဒေါသထွက်ခြင်းများကို ရှောင်ကြဉ်ရမည်ဖြစ်ရာ ဆရာတစ်ဦးအနေနှင့်လည်း ထိုကိစ္စများကို ရှောင်ကြဉ်ရပေမည်။ အကြောင်းမှာ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် ဆရာ၏ လက်အောက်ခံများသဖွယ်ဖြစ်ပြီး ဆရာသည် ၎င်းတို့၏

အုပ်ချုပ်သူတစ်ဦးပင်ဖြစ်သည်။

တန်ဖိုးမြှင့်တင်ခြင်း

ကလေးများကို ပညာရည်မြင့်မားရေးအတွက် ပြုစုပျိုးထောင်ပေးခြင်းနှင့်အတူ စိတ်ဓါတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကိုလည်း ငယ်ရွယ်စဉ်ကတည်းကပင် တည်ဆောက်ပေးရပေမည်။ စိတ်ဓါတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးမြှင့်တင်ပေးရာ၌ အခြေခံကျသော မှုများကို တင်ပြပါမည်။

၁။ အမြဲတမ်းအားပေးခံရသော ကလေးသည် မိမိကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုရှိသူတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

၂။ ကြင်နာစွာ ဆက်ဆံခြင်းခံရသော ကလေးသည် နာခံတတ်သူတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

၃။ အလိမ်အညာကင်းစွာ ဆက်ဆံခြင်းခံခဲ့ရသောကလေးသည် သစ္စာသမာဓိရှိသူတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

၄။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်ကို အကြောက်တရားထားရှိရန် ဆုံးမခံခဲ့ရသောကလေးသည် သက္ကဝါရှင်တစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

၅။ အမြဲတမ်းအရိုက်ခံနေခဲ့ရသောကလေးသည် ဆိုးသွမ်းသူတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

၆။ အော်ဟစ်သောင်းကျန်းမှ လိုအင်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးခြင်းခံခဲ့ရသောကလေးသည် လှူဂွစာတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

၇။ အယုံအကြည်မခံခဲ့ရသော ကလေးသည် လှည့်စားတတ်သူတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

၈။ မေတ္တာတရားကို ငတ်မွတ်ခဲ့ရသောကလေးသည် ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သူတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

၉။ အမြဲတမ်း သရော်ခံခဲ့ရသော ကလေးသည် စိတ်အားငယ်သူတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

၁၀။ အမြဲဝေဖန်ပြစ်တင်ခံခဲ့ရသော ကလေးသည် တစ်ဇွတ်ထိုးလုပ်တတ်သူတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

၁၁။ ယုတ္တိမရှိသော အရာများဖြင့် အခြောက်ခံခဲ့ရသောကလေးသည် သူရဲဘောကြောင်သူတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

၁၂။ အမြဲတမ်း ဒေါသ၊ ဝေါက်ငန်းမှုများဖြင့် ဆက်ဆံခံခဲ့ရသောကလေးသည် စိတ်ဖိစီးမှုကြောင့် အသေးအဖွဲကိစ္စများအတွက်ပင် ဒေါသတကြီး ရန်လိုတတ်သူတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

၁၃။ ရိုက်နှက်ပြီးဆုံးမခံခဲ့ရသော ကလေးသည် ဆုံးမသော အုပ်ထိန်းသူနှင့် နီးစပ်မလာဘဲ ဝေးသထက်ဝေးလာတော့သည်။

၁၄။ တစ်ချို့ဆရာများသည် အတိုင်းထက်အလွန်ရိုက်နှက်ဆုံးမတတ်ကြသည်ဖြစ်ရာ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နစ်နာမှုများ ဖြစ်ပေါ်ရပေသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ထိုသို့သော ဆရာများသည် အစ္စလာမ့်တရားတော်အရ မတရားညှင်းပမ်းနှိပ်စက်သူစာရင်းဝင်သွားပေသည်။ သို့သော် ထိုဆရာသည် ရိုက်နှက်ခြင်းကို မိမိ၏ လုပ်ပိုင်ခွင့်အဖြစ်လည်းကောင်း၊ စဝါးဇ်ရသော လုပ်ရပ်ဖြစ်သည်ဟုလည်းကောင်း ထင်မှတ်နေတတ်သည်။

၁၅။ ရိုက်နှက်ဆုံးမခြင်းကြောင့် အချို့ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ

လည်းကောင်း ထင်မှတ်နေတတ်သည်။

၁၅။ ရိုက်နှက်ဆုံးမခြင်းကြောင့် အချို့ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် ပညာသင်ယူခြင်းကိုပင် စွန့်လွှတ်သွားကြသည်။ သို့မဟုတ်လျှင်လည်း မိဘများကိုယ်တိုင် ပညာဆက်လက်သင်ယူစေခြင်းကို ရပ်ဆိုင်းလိုက်ကြသည်။

၁၆။ တစ်ခါတစ်ရံ ကလေးများသည် ရိုက်နှက်ခြင်းကြောင့် အိမ်မှထွက်ပြေးကြပြီး စာရိတ္တပျက်ပြားသူများနှင့်ပေါင်းဖက်မိကြကာ ၎င်းတို့၏ဘဝများ ပျက်စီးသွားတော့သည်။ ဘူတာရုံများတွင် ထိုသို့သောကလေးငယ်များကို အများအပြားတွေ့ရတတ်ပေသည်။

ပညာနှင့်သည်းခံခြင်း

ပညာသင်ယူချိန်တွင် သည်းခံခြင်းသည် အရေးကြီးလှသည်။ ထို့အတူ ပညာကိုပြန်လည်ပို့ချချိန်တွင် သည်းခံခြင်းသည် ပို၍ပင် အရေးကြီးလှပေသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရှေးသူတော်စင်များ အဘယ်မျှသည်းခံခဲ့ကြသည်ကို ဖော်ကျူးနေသည့် အကြောင်းအရာများသည် သမိုင်းစာမျက်နှာများတွင် ပြည့်နှက်နေသည်။ ထိုအကြောင်းအရာများအနက်မှ တစ်ခုကို တင်ပြရမည်ဆိုသော် . . .

ဟာရူးန်ရရှီးဒ်ဘုရင် နန်းတက်အုပ်ချုပ်သည့်အခါတွင် အေမာမ်အဗူယူစွဖ် သည် တရားသူကြီးချုပ် ဖြစ်ခဲ့သည်။ တစ်နေ့တွင် လူငယ်တစ်ဦးသည် အေမာမ်အဗူယူစွဖ် ထံသို့ လာရောက်ပြီး မေးခွန်းတစ်ခုကိုမေးမြန်းရာတွင် အေမာမ်ကြီးက အဖြေကိုမသိသဖြင့် 'ကျွန်ုပ်မသိပါ'

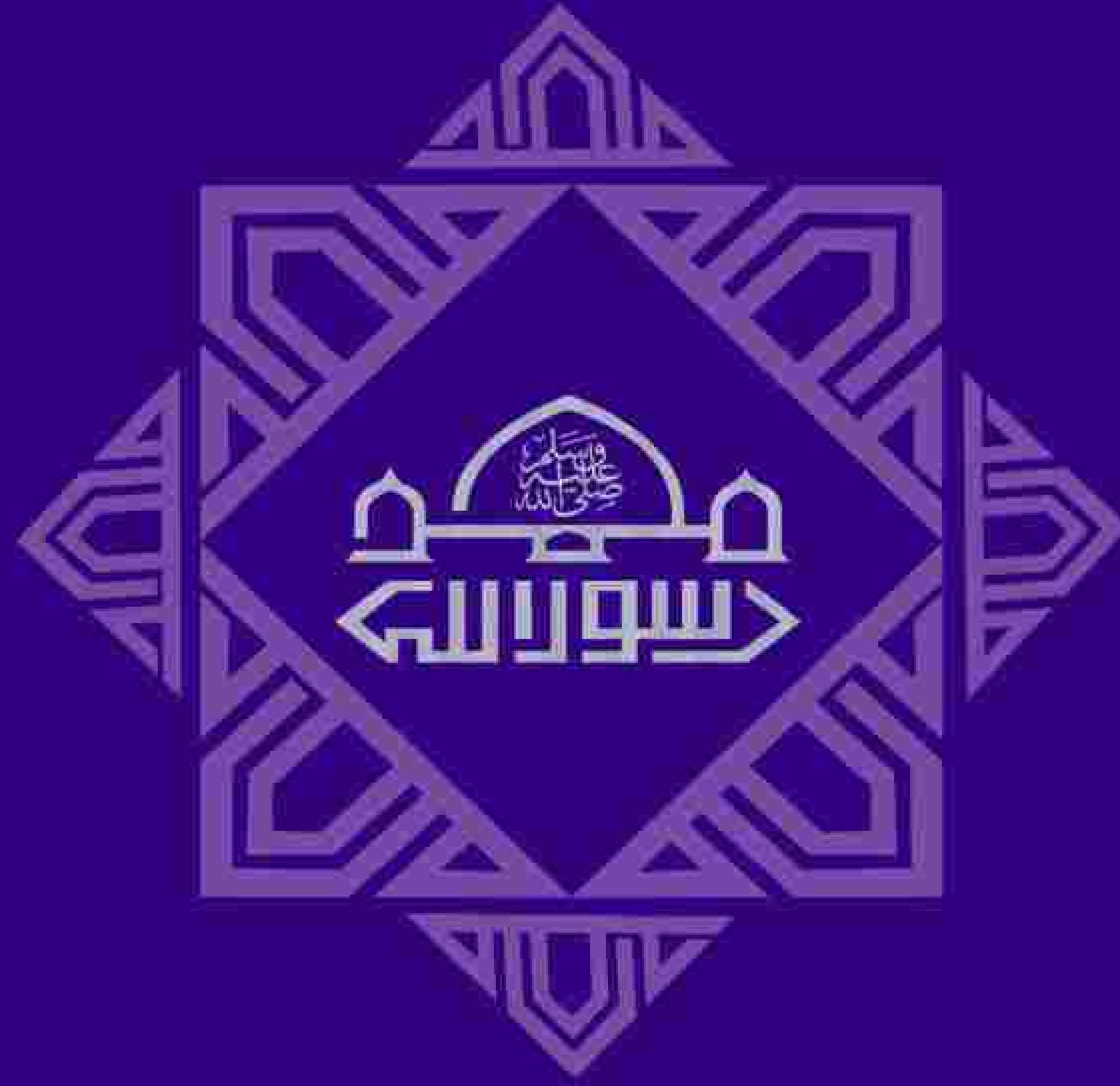
ဟု ရိုးရှင်းစွာ ဖြေကြားလိုက်လေသည်။ ထိုအခါ လူငယ်က ‘ခင်ဗျား ဟာ တရားသူကြီးချုပ်အဖြစ် အစိုးရဆီက လခကိုယူနေပြီးတော့ ဒီ လောက်ပညာနည်းပါးလှချည်လား’ဟု ဒေါသတကြီး တုံ့ပြန်ခဲ့သည်။ အေမာမ်အဗူယူစွဖ်ဟ်က တည်ငြိမ်စွာဖြင့် အပြုံးမပျက်ဘဲ ‘အဲ့ဒီလခက ငါ့ရဲ့နည်းပါးလှတဲ့ အသိပညာအတွက်ပဲ ပေးထားတာမို့လို့ပေါ့ကွာ။ အကယ်၍သာ ငါ့ရဲ့မသိမှုတွေအတွက် လခပေးရမယ်ဆိုရင် အစိုးရ ဘဏ္ဍာတစ်ခုလုံး ကုန်သွားရင်တောင် လောက်မှာမဟုတ်ဘူး’ဟု အဖြေ ပေးလိုက်ရာ ထိုလူငယ်သည် ရယ်မောလေတော့သည်။

ကြင်နာစိတ်ရှိသော ဆရာတစ်ဦးသည် မိမိ၏ တပည့်များကို အလုပ်တစ်ခုကို ခိုင်းစေတော့မည်ဆိုလျှင် ဦးစွာအားပေးစကားပြော မည်။ ပြီးနောက် ချီးကျူးမည်။ ထို့နောက်တွင်မှ အလုပ်အကြောင်းကို ပြောမည်ဆိုလျှင် တပည့်များသည် ထိုအလုပ်ကို တက်ကြွပျော်ရွှင်စွာ ဆောင်ရွက်ကြပေလိမ့်မည်။

တစ်ယောက်စကား၊ တစ်ယောက်နားမှာ မခါးရအောင်
သတိဆောင်၍ မောင်တို့ဆိုလေ၊ ပျားသကာသို့ ချိုလှစေ။



၁၇၊ ၃၊ ၂၀၁၆ ကြာသပေးနေ့ ညနေ ၄း၀၄
တွင် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ အလိုတော်ဖြင့်
ပြန်ဆိုပြီးစီးပါသည်။



တမန်တော်မြတ် ﷺ မိန့်တော်မူခဲ့သည်မှာ
“စင်စစ် မိုဂျာဟစ်ဒ်ဟူသည် မိမိ၏စိတ်ကို အစွမ်းကုန်
ကြိုးစား(ပြုပြင်ထိန်းကျောင်း)သူသာဖြစ်ပေသည်။”

(သစ်ရ်မေ့ဇီကျမ်း၊ ဟဒီးဆ်နံပါတ် ၁၆၃၁)

09974415631 09797133208